

VYSOKÁ ŠKOLA BÁŇSKÁ – TECHNICKÁ UNIVERZITA OSTRAVA
EKONOMICKÁ FAKULTA

KATEDRA MANAGEMENTU

Adrenalinové sporty

Extreme sports

Student: Hana Dedková

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Vladimíra Janečková

Uherské Hradiště 2009

Zadání bakalářské práce

Student: **Hana Dedková**
Studijní program: **B6208 Ekonomika a management**
Studijní obor: **6501R006 Ekonomika cestovního ruchu**
Téma: **Adrenalinové sporty
Extreme Sports**

Zásady pro vypracování:

1. Úvod
 2. Historie adrenalinových sportů
 3. Analýza vybraných sportů
 4. Nejvíce vyhledávané lokality ve světě a v ČR
 5. Návrh zájezdu
 6. Praktické využití
 7. Závěr
- Seznam použité literatury
Seznam zkratk
Prohlášení o využití výsledků bakalářské práce
Přílohy

Seznam doporučené odborné literatury:

NEUMAN, Jan a kolektiv. Turistika a sporty v přírodě. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. 200 s. ISBN 80-7178-391-9.
PLOS, Richard a kolektiv. Paragliding. 3. vyd. Cheb: Svět křidel, 2007. 228 s. ISBN 80-86808-35-1.
RAHIMI, Monika. Potápění beze strachu. Přel. L. Košťálová. 1. vyd. Praha: Granit, 1998. 144 s. ISBN 80-85805-63-4.

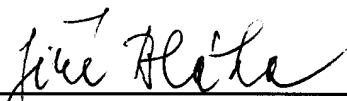
Formální náležitosti a rozsah bakalářské práce stanoví pokyny pro vypracování zveřejněné na webových stránkách fakulty.

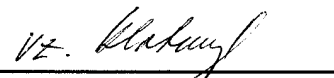
Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Vladimíra Janečková**

Datum zadání: 21.11.2008

Datum odevzdání: 07.05.2009




prof. PhDr. Jiří Bláha, CSc.
vedoucí katedry


prof. Dr. Ing. Dana Dluhošová
děkanka fakulty

Místopřísežně prohlašuji, že jsem celou práci, včetně všech příloh, vypracovala samostatně.

V Uherském Hradišti

Hana Dedková

Obsah:

1 Úvod	6
2 Historie adrenalinových sportů	7
2.1 Historie paraglidingu	7
2.2 Historie potápění	8
2.3 Historie horolezectví	10
3 Analýza vybraných sportů	11
3.1 Paragliding	11
3.2 Potápění	14
3.3 Horolezectví	22
4 Nejvíce vyhledávané lokality ve světě a v ČR	29
4.1 Paragliding – lokality ve světě	29
4.2 Paragliding – lokality v České republice	32
4.3 Potápění – Lokality ve světě	33
4.4 Potápění - lokality v České republice	36
4.5 Horolezectví – lokality ve světě	39
4.6 Horolezectví – lokality v České republice	42
5 Návrh zájezdu	46
5.1 Sestavení zájezdu	46
5.2 Zdroje informací o zájezdu	53
6 Praktické využití	54
7 Závěr	54
Seznam literatury	56
Prohlášení o využití výsledků bakalářské práce	57
Seznam příloh	58

1 Úvod

Tématem této bakalářské práce jsou adrenalinové sporty. K jejímu vypracování jsem si vybrala tři sporty, které možná nepatří k těm nejvíce adrenalinovým, ale ze všech možných extrémních sportů mě zaujaly nejvíce. Tyto sporty jsou paragliding, potápění a horolezectví.

Nejdřív se budu věnovat historii a vývoji jednotlivých sportů, poté se zaměřím na popis jednotlivých sportů a na konec bych ráda uvedla několik významných lokalit, jak ve světě, tak i u nás, kde se dají tyto sporty provozovat. Praktickou část této mé bakalářské práce pak bude tvořit návrh adrenalinového zájezdu a k ověření praktického využití této práce pak bude sloužit dotazník.

A co tedy jsou adrenalinové sporty? Adrenalinový nebo také extrémní sport je v původním významu sport, jehož provozování je spojeno s vyšším rizikem a doprovázené domnělým zvýšením hladiny adrenalinu v krvi (ve skutečnosti jde o endorfin, dopamin a serotonin). Tyto sporty vystihují velké rychlosti, velké výšky, nebezpečí nebo excelentní akrobatické kousky. Často bývají také spojovány s mladými lidmi, i když i tady existují výjimky.

Mnoho lidí také tvrdí, že rozdíl mezi extrémními sporty a normálními je hlavně ve způsobu jejich propagace a marketingu. Například většině lidí připadá snowboarding extrémnější než lyžování, přestože lyžování může být rychlejší a většinou je i stejně nebezpečné. Jako jiný příklad je často uváděno Rugby, které sice nespadá do kategorie adrenalinových sportů, ale přesto si u něho adrenalinu užijete dostatečně.

A co na adrenalinových sportech milují jejich účastníci? Nejčastějším motivem bývá únik z každodenního stereotypu nebo láska k divokému prostředí, kde se extrémní sporty většinou odehrávají. Naopak odpůrci těchto sportů často mluví o účastnících jako o „závisících na adrenalinu“. Většina lidí je vidí jako nezodpovědné hlupáky, kteří mají sebevražedné sklony. Což určitě není pravda, protože jako u každého sportu, a zde zvlášť, se v první řadě dbá na bezpečnost.

Cílem této bakalářské práce je vytvoření adrenalinového zájezdu, který by měl probíhat v České republice a bude určen všem milovníkům těchto adrenalinových sportů.

2 Historie adrenalinových sportů

V této části se budu věnovat historii jednotlivých sportů. Společným pojítkem těchto sportů co se historie týče, je to, že ani jeden z těchto sportů by nebyl v dnešní době tak rozšířený, kdyby nedošlo k dost podstatnému vývoji v potřebné výstroji a výzbroji.

2.1 Historie paraglidingu

2.1.1 Vývoj padákového kluzáku

Již ve 14. století si portugalští mořeplavci vyprávěli o Číňanech, skákajících z vysokých věží za pomoci deštníků. Ovšem historicky prvním doloženým pokusem o seskok z výšky je skok Fausta Veranzia, který vyskočil z věže v Benátkách s konstrukcí ze dřeva a plátna. Bohužel, tento pokus nedopadl dobře a Faust při něm přišel o život. První úspěšný seskok s padákem má datum 22. 10. 1797, kdy z teplovzdušného balónu seskočil André Jacques Garnerin, který tak položil základy k rozvoji seskokového padáku. [5]

Velký pokrok ve vývoji padákových kluzáků nastal v průběhu obou světových válek. Ovšem nejvýznamnější revoluční pokrok ve vývoji látkových záležitostí určených k řízenému padání až létání udělala NASA. Její experimentování s návratovými zařízeními kosmických lodí vedlo k vývoji rogallova křídla. Toto křídlo bylo mnohem výkonnější a daleko lépe ovladatelné, což byl také hlavní důvod, proč se jich poté, co byly zavrženy v kosmickém programu, ujal svět sportovního parašutismu. Na počátku sedmdesátých let se padáky typu „křídlo“ rozšířily ze Severní Ameriky do celého světa. [5]

Dalším významným mezníkem je rok 1978, kdy Gérard Bosson založil vlastní klub „Les Chucas“ (Kavky). O rok později, tedy v roce 1979, u příležitosti světového šampionátu v závěsném létání, předvedl svůj sport veřejnosti. Slaví obrovský úspěch a v roce 1982 už klub provozuje profesionální školu. Stále se však létá na vysloužilých seskokových padácích. Pak se ale na scéně objevil pilot závěsných kluzáků Laurent de Kalbermatten, který roku 1985 zkonstruoval první skutečný padákový kluzák. Jmenoval se Randaneusse (Horská tulačka). Rok 1985 tak můžeme považovat za skutečný počátek paraglidingu. Výrazným krokem vpřed znamenala výroba látky, která byla opatřena zátěrem, takže nepropouštěla vzduch. Díky tomu došlo k prvnímu výraznému zvýšení výkonnosti padákových kluzáků. [5]

V roce 1988 se na obloze objevily první kluzáky s elipsovitým tvarem vrchlíku a zlepšené aerodynamické vlastnosti měly za následek druhé pronikavé zvýšení výkonů. V této době začíná skutečný rozmach paraglidingu. Vznikají noví a noví výrobci kluzáků i speciálního vybavení (přileb, postrojů, kombinéz, přístrojů atd.). [5]

2.2 Historie potápění

2.2.1 Starověcí potápěči

Stejně jako schopnost létat přitahoval člověka vždy i svět pod vodou. Nikdo dnes není schopen říct, kdy se poprvé člověk potopil, ale historikové věří, že se tak stalo již 5000 let před n. l. Nejstarší dochované vyobrazení člověka potápějícího se pod vodou je obraz potápěče na asyrském reliéfu dochovaném z roku 885 př. n. l. [3]

Pod hladinu moře lidé sestupovali a sestupují za potravou, záchranným, rekreačním nebo loveckým účelem. Velmi brzo se začalo potápění využívat také k vojenským účelům. Například slavný vojevůdce Alexandr Veliký používal potápěče k odstranění zátarasů. Dokonce se říkalo, že on sám sestoupil pod hladinu, aby sledoval práci svých potápěčů. [3]

V 1. stol. př. n. l. bylo velmi rozšířené vyzvedávání předmětů z moře za úplaty. Díky tomu byla brzy uzákoněna mzda potápěčů, která byla odvozená podle náročnosti objednané práce. Trénink budoucích potápěčů začínal už v dětství, díky čemuž měli tito starověcí potápěči velkou výdrž a také kapacita jejich plic byla mnohem větší. [3]

2.2.2 Počátky technického rozvoje

Největším problémem samozřejmě bylo, jak zůstat pod vodou co nejdéle, protože potápění na nádech bylo samozřejmě nedostačující. Nejdříve se k odstranění tohoto problému používala dutá stébla, později se začaly objevovat delší trubice, které někdy byly zakončeny „kuklou“, jež měla umožnit potápěči volně dýchat.

Na konci 16. stol. bylo dosaženo pokroku při stavbě otevřeného potápěčského zvonu, který byl zatížen a spuštěn svisle do vody, a tak vzduch zůstal uvnitř zvonu. Potápěč se tak mohl uvnitř zvonu nadechnout a mimo zvon se pohybovat se zadrženým dechem.

Ke konci 18. století se již používaly skafandry s přívodem vzduchu z potopených nádrží nebo ze vzduchových pump. Velkým přelomem v konstrukci potápěčských zařízení byl proslulý Siebeho skafandr z roku 1837. Siebeho konstrukce (měděná přilba s nádechovým a výdechovým ventilem, přišroubovaný kožený oblek a přívod čerstvého vzduchu pomocí ručních pump) byla s různými úpravami používána velmi dlouho. Tento skafandr umožňoval potápěči i několikahodinový pracovní pobyt pod hladinou.

2.2.3 Vývoj dýchacích přístrojů

Netrvalo dlouho a začaly se objevovat i první pokusy o vytvoření potápěčského obleku, který by byl nezávislý na dodávce vzduchu z hladiny. V roce 1863 Francouzi Benoit Rouquayrol a Auguste Denayrouze předvedli svůj skafandr Aérophore vybavený nádrží se stlačeným vzduchem a ventilem regulujícím množství vdechovaného vzduchu. Bohužel tehdejší technologie neumožňovala vyrobit zásobníky stlačeného vzduchu, které by dovolily delší pobyt pod hladinou. Proto tento skafandr umožňoval jen krátké odpojení od hadice přivádějící vzduch.

Problém s nedokonalými zásobníky stlačeného vzduchu se snažili konstruktéři podvodních zařízení vyřešit pomocí tzv. uzavřených okruhů. Přístroje s uzavřeným okruhem se skládají ze zásobníku se stlačeným dýchacím plynem, dýchacího vaku, zařízení na pohlcování CO₂ a dávkovacího zařízení. Vydechovaný vzduch se v pohlcovacím zařízení zbavuje oxidu uhličitého a dávkovací zařízení potápěči dodá čerstvou dýchací směs. Ta je následně opět vdechována. Díky tomu je spotřeba dýchacího plynu mnohem menší než v potápěčských zařízeních s otevřeným okruhem, kde je dýchaný plyn vydechován do okolního prostředí.

V roce 1878 H. A. Fleuss vyrobil jeden z prvních potápěčských přístrojů s uzavřeným okruhem. S malými úpravami byl používán ještě v první světové válce jako únikové zařízení z potopených ponorek. V období I. světové války se objevily i první nezávislé dýchací přístroje vybavené tlakovou láhví se stlačeným vzduchem, takové jako Fernezův potápěčský přístroj z roku 1912 nebo Le Prieurův přístroj z roku 1924. Potápěči začali používat i první potápěčské masky a ploutve.

Vadou těchto přístrojů byla nedokonalá automatická nebo manuální regulace množství a tlaku vdechovaného vzduchu. Tento nedostatek se podařilo v roce 1943 vyřešit Francouzům Jacques-Yves Cousteauovi a Emilu Gagnanovi sestrojením jejich Aqua-Lungu. Tento přístroj znamenal opravdový průlom v historii potápění a odstartoval éru sportovního potápění v podobě, kterou známe dnes.

2.3 Historie horolezectví

Od nejstarších dob byly hory spojovány s největšími náboženstvími, s filozofy, malíři, mudrci a vědci. Mnoho hor je dosud považováno za posvátné. Například himálajské vrcholy Káčandýunga, Máčhápučhré a Kailás, která je spojována s trůnem boha Šivy a je střediskem buddhistických a hinduistických bohoslužeb. Tento mysticko-náboženské tón zní po celém světě. Například hora Olymp, sídlo řeckých bohů nebo hora Sinaj, která je spjata s Desaterem přikázání. [1]

Průlom v horolezectví nastal v roce 1786, kdy horolezci Balmet a Paccard vystoupali na Mont Blanc. Období mezi založením prvního horolezeckého klubu, který se jmenoval Alpine Club, v roce 1857 a strašnou katastrofou na Matternhornu, je nazýváno Zlatým věkem alpinismu. V této době bylo zdoláno přes 200 významných vrcholů v Evropě. Horolezectví však jako sport opravdu vznikl až tehdy, když se horolezectví stalo oblíbenou kratochvílí britské šlechty v druhé polovině 19. století. [1]

Brzy se začaly uskutečňovat významné výstupy na vrcholy, které už byly dříve zdolány, ale tentokrát byly zvoleny nové a obtížnější cesty – lezlo se čistě kvůli lezení. Hory začaly postupně lákat i ženy. První žena, která vystoupila na Mont Blanc, byla v roce 1808 francouzská vesničanka Marie Paradisová. [1]

Přitažlivost horolezectví se šířila po celém světě. V Americe se místní horolezci zaměřili na vrcholky Boudery v Coloradu a zároveň i stěny Yosemitekého údolí. Tyto výzvy posunovaly úroveň horolezectví a přitahovaly z celého světa horolezce, kteří prahli po tom, aby si vyzkoušeli své schopnosti na nejžhavějších stěnách. [1]

Protože evropská a americká hřiště podlehla náporu stále rostoucího počtu návštěvníků, přední horolezci se začali obracet k některým dalším horským masívům v jiných

částech světa. Mnoho let se lidské oči upíraly na osmitisícové vrcholy a samozřejmě především na ten nejvyšší z nich, na Everest. Ještě před počátkem století se Britové, díky svým imperiálním svazkům s Indií, začali pokoušet o Čomolungmu, bohyni Matku Země (jak je Everest nazýván Číňany), ale teprve v roce 1953 Edmund Hillary a Šerpa Tenzing konečně stanuli na jejím vrcholku. [1]

Od té doby do Himálaje proudila jedna expedice za druhou, dokud všechny osmitisícovky nebyly zdolány. Poté se začaly objevovat varianty jednotlivých cest a o Himálaji se začalo mluvit jako o „super-Alpách“. [1]

V sedmdesátých a osmdesátých letech byli „silní muži“ přitahováni Jižní Amerikou, zejména Patagonií, jižní Chile a Argentinou. Další „cíle“ zahrnovaly zmrzlé a větrem ošlehané hory kanadského vnitrozemí, Antarktidy a Patagonie. [1]

Historii horolezectví samozřejmě nelze oddělit od pokroku v oblasti materiálu. Lana, zajišťovací pomůcky, oblečení, obuv, vybavení na táboření a výbava nutná k přežití prošly za posledních pětadvacet let razantní přeměnou. Zatímco se tak určité aspekty horolezectví zjednodušily, ti, kteří hledají překážky, které by mohli překonávat, se pustili do ještě těžších a náročnějších cest, opakuji určité cesty v zimním období nebo jiným způsobem „vytvářejí nevýhody“. [1]

3 Analýza vybraných sportů

V další části podrobně proberu zvolené sporty. Budu se věnovat jejím charakteristikám, potřebné výstroji a disciplínám, do kterých se tyto sporty rozdělují.

3.1 Paragliding

Paragliding se řadí mezi letecké sporty. K pohybu vzduchem se využívá paraglidingové křídlo neboli padákový kluzák. Startuje se z kopce rozběhem, nebo z roviny pomocí vlečného zařízení, nikoli skokem z letadla, jak se mnozí domnívají. Zkušený pilot může plachtit díky využití termických stoupavých proudů až stovky kilometrů během několika hodin.

Z paraglidingu se postupem času vytvořil další sport, paramotoring. Tento sport je velmi podobný paraglidingu. Rozdíl je v tom, že u paramotoringu je sportovec usazen na zvláštním sedátku, ke kterému je připevněn malý motor s pohonem, takže se z padáku stává takové ultra lehké letadlo. Výhodou je, že u tohoto sportu nepotřebujete žádnou licenci, stačí absolvovat kurz.

Pokud se rozhodnete tomuto sportu věnovat, neobejdete se bez pilotního průkazu. Uchazeči musí projít poměrně tvrdým praktickým výcvikem a taky je třeba, aby znaly všechny potřebné předpisy. Vyznavači tohoto sportu by měli dodržovat dopravní pravidla a jejich stroje musí odpovídat technickým předpisům. Součástí leteckého oprávnění je i povinná pojistka. Jestliže jste nikdy nelétali, ale tento sport byste si chtěli přeci jenom vyzkoušet, vaší jedinou možností je použití tandemového kluzáku. Pilot by měl napřed klientovi předložit speciální průkaz tandemového letce, pojistku na tandem a technický průkaz kluzáku a teprve poté se s ním vrhnout z kopce do údolí.

3.1.4 Paraglidingová výstroj

3.1.4.1 Padákový kluzák

Základním vybavením je samozřejmě padákový kluzák, neboli křídlo, které pilota nese vzduchem. Skládá se z vrchlíku, nosných a řídících šňůr a nosných popruhů. V České republice jsou padákové kluzáky rozděleny do několika kategorií označených písmeny. Padákové kluzáky označené písmenem A, neboli standardní kluzáky, jsou určené pro začátečníky, sváteční piloty a středně pokročilé. B jsou výkonné kluzáky, které používají pokročilí piloti. Speciálně pro soutěžení je určený kluzák označený písmenem C. Ke kluzákům určených pro tandemové lety, tedy lety, při kterých zkušený pilot letí s pasažérem, který neabsolvoval žádný výcvik, je přiřazeno písmeno T. Na trhu ještě můžeme najít kluzáky s písmeny M a Z. M je pro motorové kluzáky a Z pro závodní speciály. [5]

3.1.4.2 Sedačka

Na moderní sedačku jsou kladeny vysoké nároky. Zaprvé musí být pohodlná, to v případě dlouhých letů, dále nesmí pilota omezovat při jeho rozběhu a musí umožnit snadné nasednutí

a vysednutí po a před přistáním. Kromě toho je v ní také integrován prostor pro záložní padák a úložný prostor, který slouží pro přepravu prázdného batohu a osobních věcí pilota. [5]

3.1.4.3 Karabiny

Slouží pro připojení popruhů kluzáku k sedačce. Brání tak jejich otočení a samovolnému otevření. [5]

3.1.4.4 Záchranný padák

Záchranný padák, který je určený pro paragliding, se poněkud odlišuje od klasického parašutistického záložního padáku. Rozdíly jsou především v jiném způsobu aktivace padáku a konstrukce je také jinak řešena. Padák je sférického tvaru, tzn. polokoule s dolů staženým středem. Pomocí šňůr a popruhu je připojen k sedačce v oblasti ramen. Padák se aktivuje pomocí kliky, která je připojena k vnitřnímu kontejneru. [5]

3.1.4.5 Přilba

Nejlepším výběrem je speciální přilba pro paragliding, která musí být především lehká, dostatečně odolná a zároveň nesmí omezovat slyšitelnost a zorné pole pilota. Jako náhrada může posloužit také přilba na malý motocykl, horolezecká přilba nebo i některá cyklistická přilba. [5]

3.1.4.6 Obuv a oděv pro paragliding

Obuv pro paragliding by měla být především pevná s robustní podrážkou a zpevněním v oblasti kotníku. Samozřejmě existuje i speciální obuv pro paragliding.

Nejvhodnějším oděvem pro létání je speciální kombinéza, není však bezpodmínečně nutná. Dobře poslouží i sportovní souprava, staré džínsy a podobně. Součástí doporučeného vybavení jsou rukavice. [5]

3.1.4.7 Elektronické přístroje

Po zlepšení letových vlastností padáků vyvstala velmi rychle potřeba speciálních leteckých přístrojů. Pro potřeby závěsného létání a paraglidingu se dnes vyrábí široká škála elektronických přístrojů. V drtivé většině se jedná o integrované přístroje, které v sobě spojují všechny potřebné přístroje, kterými jsou například variometr, informující pilota o tom, zda stoupá nebo klesá, výškoměr, barograf sloužící k dokumentaci letu, GPS a další funkce. [5]

3.1.4. 8 Další vybavení

Každý pilot by s sebou měl vozit několik užitečných drobností. Na prvním místě je to malá lékárnička. Dalším doporučeným vybavením je 10 – 15 metrů dlouhé lano, které vás spolehlivě unese. Konečně by ve výbavě neměl chybět malý servisní balíček s kusem pevné niti, jehlou, několika metry šňůry použité na kluzáku, náhradními karabinkami, kusem speciální samolepicí záplaty na opravu drobných poškození vrchlíku v terénu apod. [5]

3.2 Potápění

Tento rychle se rozvíjející sport bývá nejčastěji definován jako činnost člověka prováděná pod vodní hladinou, v dnešní době hojně využívaná převážně k volnočasovému vyžití. Je také zdrojem obživy při sběru potravy pod vodou (lov ryb, sběr řas), objektem výzkumů (aplikované vědy - podvodní, podmořská archeologie, hydrologie, biologie), prostředkem k těžbě nerostů a jiných surovin z mořského dna, způsobem využití vodního prostředí pro vojenské účely a v neposlední řadě pracovních činností, zahrnujících obsluhu zařízení vybudovaných, případně používaných pod vodou.

Je to zdánlivě jednoduché. Absolvovat kurz v některém z mnoha systémů, nakoupit vybavení a hurá pod vodu za novým dobrodružstvím. Potápění je však mnohem víc než dýchání z regulátoru, ovládání vztlaku, kopání ploutvemi a příjemný zážitek. Je to taky zodpovědnost vůči sobě a svým blízkým, vůči svému buddy (partákovi v potápění) a v neposlední řadě pak k samotnému prostředí, jehož jsme součástí pouze na krátký okamžik.

Potápění má několik disciplín. V zásadě můžeme potápění rozdělit do tří základních skupin, přičemž potápění s přístrojem má ještě další podskupiny. Potápění můžeme tedy rozdělit na:

- Šnorchlování (snorkeling)
- Freediving (volné potápění na nádech)
- Potápění s přístrojem (scuba diving)
 - technické
 - vrakové
 - jeskynní
 - pod ledem

3.2.1 Šnorchlování

Šnorchlování je nejjednodušší a nejpřístupnější forma potápění. Není k ní potřeba příliš výstroje, fyzická kondice, nestojí to mnoho peněz, takže se šnorchlování může věnovat kdokoli. Šnorchlovat by měl umět každý potápěč a proto někdy kurzy potápění začínají právě výukou šnorchlování.

Co se týče výstroje, k šnorchlování je potřeba mít pouze masku, šnorchl a ploutve. Těmto třem základním věcem, které potřebuje každý potápěč, se říká ABC.

Při šnorchlování leží člověk na hladině moře a pozoruje s maskou na obličeji život dole na dně pod sebou. Když potom vypátrá něco, co ho zaujme, zadrží dech a potopí se za tím do větší hloubky. Aby nemusel vytahovat hlavu z vody, má k masce připnutý šnorchl, kterým dýchá. Se šnorchlem se dají objevovat jen malé hloubky, řádově do deseti metrů.

3.2.2 Volné potápění - freediving

Freediving je volné potápění na nádech a je to sport nebo rekreační aktivita vhodná pro každého. Freediving je vlastně šnorchlování s poněkud jinam posunutými hranicemi. Nepotřebujeme šnorchl a dosažená hloubka je mnohem větší. Freediveri se dokážou ponořit na jeden nádech mnohdy do více než stometrové hloubky, což je samozřejmě extrém, který většina z nás nepotřebuje zkoušet na vlastní kůži, ovšem i po absolvování základního kurzu pro vás nebude problém potopit se pohodlně a hlavně zcela bezpečně do hloubky dvaceti nebo

i třiceti metrů. A zatímco šnorchlování není ani fyzicky ani psychicky náročné, při freedivingu je zapotřebí věnovat trochu času na trénink obojího.

Vzhledem k tomu, že freediving je sportovní disciplína, a sportovci mají vždy něco specifického, používá se i při tomto sportu speciální výstroj.

Ploutve jsou buď dlouhé a z jiných materiálů než běžné, většinou laminátu nebo karbonu nebo tzv. monoploutve (běžně užívané v rychlostním plavání). Člověk by měl mít něco natrénováno, protože plavat s takovou ploutví vyžaduje poměrně silné nohy a dobrou techniku kopu.

Maska má velice malý objem, je přizpůsobená tak, aby vyhovovala při potápění s malým množstvím vzduchu.

Neopreny jsou většinou tenčí a nepošité, bez zipů. Je tak zajištěn vyšší tepelný komfort. Materiál je díky tomu velice pružný a usnadňuje pohyb a dýchání.

V porovnání s přístrojovým potápěním má freediving výhodu ve skutečnosti, že ryby, želvy nebo delfini vás přijmou jako součást jejich prostředí snáze, než když máte na zádech něco na první pohled nepřirozeného. Každý přístroj také může selhat, zatímco u freedivingu se nemá co pokazit, pokud sám potápeč nejde do extrému a nepřecení své síly.

Freediving má několik sportovních disciplín, v nichž ti nejlepší vytvářejí světové rekordy. Mezi ty nejlepší patří i Čech Martin Štěpánek. Soutěžit se dá v šesti disciplínách, jejichž krátký popis následuje:

Statická Apnea - potápeč se snaží vydržet pod vodou na nádech po co nejdelší čas, přičemž může volně plovat na hladině, nebo být úplně ponořen (nejhlouběji však do 3 metrů).

Dynamická Apnea - tato disciplína spočívá v uplávání co nejdelší vzdálenosti pod vodou na nádech. Zároveň se dělí na dvě kategorie - dynamická apnea s ploutvemi a bez ploutví.

Free Immersion - zde se snaží závodník o dosažení maximální hloubky bez pomoci jakéhokoliv propulsního vybavení (ploutve, sled apod.). Přitahování za sestupové lano je povoleno.

Konstantní zátěž - potápeč sestupuje a vystupuje pouze za pomoci ploutví. Odhození zátěže,

přitahování za lano, nebo jiná dopomoc nejsou povoleny. Dělí se na kategorie s ploutvemi a bez ploutví.

Variabilní zátěž - v této disciplíně se k sestupu používá závaží, ve formě jakéhosi výtahu (tzv. sled), který je zanechán v cílové hloubce. Potápěč vystupuje svépomocí za použití ploutví. Přitahování za lano je povoleno.

No Limits - jak již název disciplíny napovídá, nejsou zde kladeny téměř žádné limity na techniku sestupu a výstupu. Obvyklá kombinace je použití sledu pro sestup a balónu naplněného vzduchem pro výstup.

3.2.3 Přístrojové potápění

Jedná se o moderní sport, při kterém se potápěč dostává hluboko pod hladinu vody. K dýchání potápěč používá stlačenou dýchací směs, kterou má s sebou v tlakové láhvi, a dýchá ji pomocí přístroje. Každý potápěč musí být fyzicky, psychicky i zdravotně způsobilý pro tuto činnost, proto ji nemůže vykonávat kdokoli.

Pro přístrojové potápění musíte být držiteli certifikace. Získat ho však není vůbec snadné. Základem jsou vstupní požadavky, které jsou velice přísné jak na psychickou tak i fyzickou zdatnost. Záměr potápět se mohou dále zkomplikovat následující potíže: astma, cukrovka, onemocnění plic či srdce, dřívější problémy s uchem (například prasklý bubínek či zánět středního ucha), brání určitých léků, těhotenství a další. Také musíte mít určitou plaveckou zdatnost.

3.2.3.1 Technické potápění

Máme-li ve stručnosti charakterizovat technické potápění, pak se jedná o ponory do větší hloubky, než jsou limity rekreačního potápění, za použití více dýchacích směsí během jednoho ponoru a zpravidla bez přímého přístupu k hladině jako v případě jeskyně, vraku nebo ledové vrstvy. Krátce řečeno je to vyšší forma potápěčských aktivit, která otevírá mnohem širší obzory každému připravenému potápěči.

3.2.3.2 Vrakové potápění

Vrakové potápění klade na potápěče velké nároky, neboť není možný přímý přístup k hladině. Jde o ponory k místům, kde své stopy zanechala historie lidské civilizace. Nejčastěji jde o vraky lodí. Každý vrak je originální, nejen proto, že pocházejí z různých historických období, ale také proto, že lodě se (až na výjimky) nikdy nevyráběly sériově. A na každé z nich se moře podepsalo jinak. V posledním století navíc začaly k lodním vrakům přibývat i zbytky ponorek a letadel.

Potápění k lodním vrakům je vzrušující, ale současně není ani bez nebezpečí. Není třeba ani vstupovat dovnitř vraku, kde hrozí nebezpečí zřícení zkorodovaných částí, uzavření ústupových cest nebo poškození výstroje. I v bezprostředním okolí vraku je možné se zachytit za zbytky trosek.

3.2.3.3 Jeskynní potápění

Jde o druh technicky náročného potápění, při kterém je potřeba kompletní potápěčské výzbroje. Stejně jako u klasického prozkoumávání jeskyní jde i zde spíše o badatelské pokusy a snahu objevit něco nového. A proč je lidé tedy vyhledávají? Zprv je jeskyně vyplněná vodou jsou často zmapovány minimálně či vůbec, přičemž je velká pravděpodobnost, že obsahují unikátní přírodní struktury (stalagnity apod.) či faunu a flóru, kterou není možno nalézt nikde jinde. Zadruhé jeskyně dokáží i léčit. A jak už bylo řečeno, jde o potápění technicky velmi náročné, takže láká všechny, kteří rádi zkoumají hranice svých možností.

Potápění v jeskyních sebou přináší velká rizika. Pokud totiž při potápění nastane jakýkoliv problém, nelze prostě vyplavat na hladinu. Je třeba se z jeskyně nejdříve dostat a to stejnou cestou, jakou jste připlavali. V síti jeskyní se navíc můžete velmi lehce ztratit, protože vypadají z každého úhlu pohledu trochu jinak. Další rizika jsou úzké prostory, kdy se může potápěči zachytit část výstroje za výčnělek a poškodit se. Při potápění v jeskyních platí pravidlo třetin, kdy jednu třetinu kyslíku máme na cestu tam, druhá třetina je na cestu zpět. Jedna třetina zůstává jako záložní!

3.2.3.4 Potápění pod ledem (ice diving)

Potápět se dá nejen v letních měsících, velmi populární se v poslední době stalo i zimní potápění. Důležitým vybavením, kromě silného neoprenu, je sekyrka, kterou vytvoříte díru v ledu. Ta by měla být notný kus od břehu a měla by mít zpevněné okraje. Potápěč, ještě než se vrhne do ledové vody, by měl mít jištění v podobě lana uvázaného k pasu, přičemž na druhý konec by měl nad hladinou dohlížet jeho kolega, který s ním pomocí tohoto lana vede neustálou komunikaci. Partner je při potápění pod led k nezaplacení. Pro tento druh potápění musíte mít za sebou speciální kurz a musíte být starší 18 let.

3.2.4 Výstroj pro potápění

3.2.4.1 Masky, ploutve, šnorchl

Kombinace těchto tří základních vybavení je všeobecně známá pod zkratkou ABC. Nejdůležitější je asi potápěčská maska, která slouží k zajištění jasného vidění pod vodou pomocí udržování vzduchového prostoru před očima. Masku většina odborníků doporučuje tmavší, protože tolik nepropouští světlo. Ploutve umožňují snadný pohyb potápěče vpřed, a to díky tomu, že zvětšují plochu chodidla. Šnorchl se využívá pouze k plavání na hladině, k takzvanému šnorchlování. [3]

3.2.4.2 Oblek

Oblek neboli neopren, plní dvě základní funkce. Zaprvé zabraňuje tepelným ztrátám a za druhé chrání před zraněním. Obleky pro potápěče se vyrábějí ve třech různých variantách.

Jedním z nejpoužívanějších obleků jsou mokré obleky. Jsou vyrobeny z neoprenu s uzavřenými bublinkami vzduchu a jsou navrženy tak, aby tělo obepínaly těsně, ale pohodlně, s ohledem na to, aby mezi tělo a oblek proniklo co nejméně vody. Tato voda je brzo ohřátá tělem potápěče, a tím pomáhá tělo chránit před chladem okolní vody. Používá se především v teplých oblastech.

Dalším druhem jsou obleky polosuché. Při zanoření pod neopren zateče voda, která zde zůstane, ohřeje se na teplotu těla potápěče a začne fungovat jako tepelná izolace. Používá se jak v teplých, tak ve studených vodách.

Poslední možností jsou obleky suché. Suché obleky jsou vyrobeny z různých vodotěsných nepropustných materiálů, jako je např. vulkanizovaná pryž, nepropustný nylon a neopren. Účelem suchých obleků je zajistit vodotěsnou, ochrannou „vnější kůži“, pod kterou by si potápeč mohl obléknout teplé spodní prádlo. Následně se vzduch uvnitř obleku vlivem tělesné teploty ohřívá, a tím pomáhá potápeči izolovat se od okolní studené vody. Tyto obleky jsou využívány pro ponory ve velmi chladných vodách.

Součástí obleku potápeče by měly být také neoprenové botky, rukavice a kukla. [3]

3.2.4.3 Dýchací přístroj

Dýchací přístroj tvoří potápečská láhev, ve které je uložen stlačený vzduch, a dvoustupňová plicní automatika. Dýchací přístroj je schopen dodávat vzduch ze zdroje vysoce stlačeného vzduchu, pod tlakem odpovídajícím měnícím se hloubkám, ve kterých se potápeč nachází.

Lahve umožňují potápeči mít vlastní zásobu vzduchu. Jsou to vlastně ocelové nebo hliníkové nádoby se stlačeným vzduchem nebo jinou směsí. Potápeč by měl dbát na to, aby tyto lahve byly pravidelně hydrostaticky testovány, aby zabránil případným problémům. Pro náročnější ponory jsou využívána tzv. dvojčata, tedy dvě propojené, nejčastěji dvanáctilitrové, láhve.

Úkolem plicní automatiky je redukovat tlak z lahve na tlak vhodný k dýchání, a tím zásobovat potápeče vzduchem v potřebnou dobu a v potřebném množství. Je to vlastně zařízení, které redukuje tlak v láhvi na tlak vhodný k dýchání. Skládá se z dvou stupňů, první reguluje tlak v láhvi a druhý dávkuje vzduch podle potřeb potápeče. [3]

3.2.4.4 Kompenzátory vztlaku

Kompenzátory vztlaku, neboli zařízení pro řízení vztlaku, hrají důležitou roli v bezpečnosti potápeče. Pomáhají udržet klidný stav nad hladinou v době odpočinku, pro plavání ale hlavně jako pomoc při udržování zraněného potápeče nad hladinou. Jsou to vlastně nafukovací vaky. Všechny kompenzátory vztlaku jsou vybaveny přetlakovým ventilem, který zabraňuje protržení vaku kompenzátoru a vypouštěcím ventilem, který umožňuje rychlé vypouštění vzduchu z vaku. To je nutné při sestupu. Mezi nejoblíbenější kompenzátory patří žakety, vesty a křídla. [3]

3.2.4.5 Dekompresní bójka

Tato mnohdy podceňovaná část výstroje se používá při výstupech na volné vodě, kdy není taková možnost optického kontaktu s břehem. Jejím hlavním úkolem je upozornit ostatní na hladině, že pod vodou je potápěč. Ve většině zemí je použití deko-bójky při ponorech na volné vodě povinné nebo alespoň doporučené. [3]

3.2.4.6 Potápěčské počítače

Tyto přístroje se aktivují jen při ponoření. Obsahují mnoho funkcí, mezi které například patří ukazatel aktuální hloubky, čas strávený na dně, zbývající čas ponoru, tlak vzduchu, teplotu vody, rychlost výstupu, celkovou dobu dekomprese, dobu, po kterou je třeba odložit létání, stav baterií, pořadí ponoru, profil ponoru atd. [3]

3.2.4.7 Další potápěčská výbava

Mezi další doporučenou potápěčskou výbavu patří například psací tabulka, která se používá při předávání vzkazů pod vodou. Dále je tu světlo, potřebné především při potápění u nás, nůž, který plní mnoho funkcí, mezi které patří například řezání, prohledávání, v případě nouze slouží k upoutání pozornosti. Při pořizování fotografií z podmořského světa je nutné mít u sebe samozřejmě speciální podvodní fotoaparát. [3]

3.2.5 Zdravotní potíže, které mohou nastat při potápění

Potápění je velice nebezpečné. Jednou z věcí, které vás mohou potkat je Barotrauma. Je způsobeno změnami tlaku, a pokud správně tlak nevyrovnáváme, může nás ohrozit. Barotrauma může být například středního ucha, které může vést až k poruchám slyšení, dále barotrauma dutin, vede k bolestem a infekcím nebo barotrauma vnitřního ucha, což má za následek ztrátu rovnováhy, zvracení a poruchy slyšení.

Nejnebezpečnější je však barotrauma plic. Při menším poškození se vzduch dostane do mezihrudí. Horší je pak Pneumotorax. To se plíce protrhnou a zhroutí. Nejvážnější je však, když se uvolněné bublinky vzduchu snaží dostat nahoru a při to zablokují tepny a odstaví zbytek těla od krevního oběhu. Tomuto se říká Embólie. Příznaky jsou bolesti

hlavy, poruchy řeči, sluchu a zraku, ztráta vědomí, záchvaty, ztráty známek života a končí pak smrtí. Příznaky se objeví buď při výstupu či do 6 minut po jeho ukončení.

Další je pak Dekompresní nemoc. Jedná se o přebytek dusíku v těle, který může vést také až ke smrti. Příznaky jsou bolesti kloubů, bolesti v končetinách, svědění pokožky, ochrnutí horní poloviny těla, ztráta kontroly vylučovacích svěračů, těžké závratě, šok, ztráta sluchu, bezvědomí, bolesti hlavy a poruchy vidění. To vše může skončit smrtí. Většinou se příznaky projeví do 2 hodin, jsou ale i případy, kdy se objevily až za 36 hodin. Postižený musí být ihned převezen do dekompresní komory, kde může pobýt i týden.

Dále vás může potkat otrava kyslíkem, otrava znečištěným vzduchem z láhve či podchlazení.

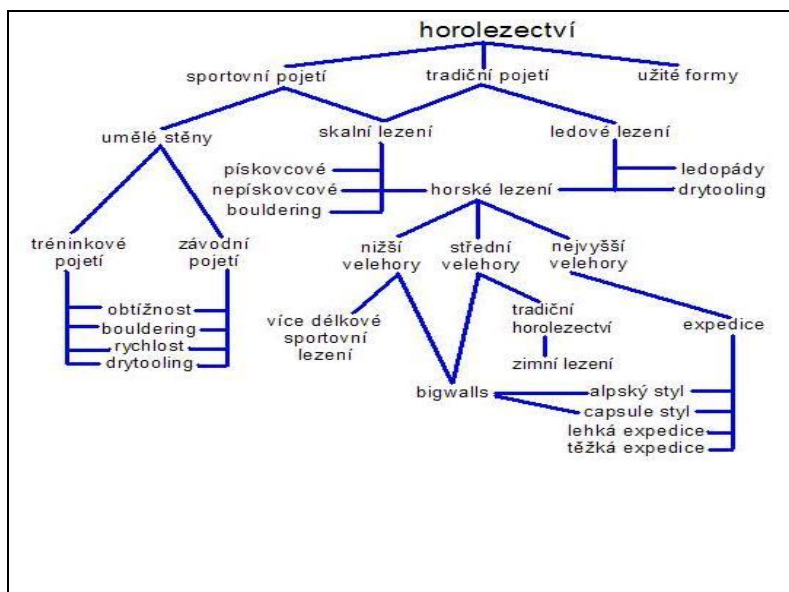
3.3 Horolezectví

Horolezectví se dá definovat jako pohybová činnost ve stále se měnících podmínkách, kde lezec neustále překonává gravitaci i pocit strachu. Překováváním překážek a těžkostí horolezec dosahuje svého cíle – vrcholu hory. Avšak zdrojem radosti a uspokojení není jen zdolání vrcholu, ale i cesta samotná.

Popularita horolezectví velmi rychle roste. Důvody tohoto rozmachu jsou různé, stejně jako je různorodá škála horolezeckých disciplín, od nesčetných sólových lezení na balvany velikosti člověka po dny a noci strávené v mrazu na osmitisícovém vrcholu v rámci mezinárodní expedice dvaceti horolezců. Hlavním motivem pro horolezce bývá únik z reality všedního života.

V dnešní době slouží hory mnoha lidem jako místo aktivního odpočinku a také jako místo seberealizace. Lezení a slaňování se stalo téměř stálou součástí vybraných kurzů výchovy v přírodě a různých dobrodružných akcí.

Horolezectví má mnoho forem. Pojmenovat je a určit je poměrně složité. Na vrcholové úrovni špičkových lezců, se dá hovořit o úzké specializaci na stěny a závody, lezení v horách, expedice, nebo v poslední době populární lezení ledů a mixů (drytooling). U většiny lezecké populace, která se horolezectví věnuje rekreačně, dochází k značnému prolínání těchto forem. Nejstručněji lze vyjádřit mnohostrannost horolezeckého sportu pomocí schématu znázorněného na obr.1.1.



obr. 1.1 - jednoduché schematické rozdělení horolezectví

K horolezectví neodmyslitelně patří také slaňování, které se při lezení využívá nejčastěji k sestupu. Může to však být i samostatná disciplína. Zdůrazňuje se nutnost horního jištění lezce, který slaňuje, a potřebu uzlu na konci slaňovacího lana. Další disciplínou je buildering, horolezectví po veřejných budovách, jako jsou mrakodrapy nebo mosty. Většinou jde ale o ilegální sport.

3.3.1 Sportovní formy horolezectví

Jedná se o oblast, která je zaměřena zejména na maximální hodnotu vlastního sportovního výkonu, přesněji zejména jeho fyzickou stránku, s důrazem na co největší bezpečnost. V zásadě dělíme sportovní lezení na dvě oblasti. Lezení na umělých stěnách, především v tréninkovém a závodním pojetí. Druhou oblastí je lezení na skalách, kde se však již někdy přesné hranice sportovního a tradičního lezení dají vymezit velmi těžko a dochází k jejich prolínání.

3.3.1.1 Sportovní lezení na umělých stěnách

Lezení na umělé stěně je dnes jednou z nejrozšířenějších rekreačních forem horolezectví, současně je ale také jediným prostředím kde je formou závodů možné výkon porovnat. Lezci si je začali stavět, aby mohli lézt a trénovat v průběhu celého roku, nejen v létě na skalách. Jedná se jak o tréninkový prostředek ke zvýšení výkonnosti, prostor pro

rekreační pohyb, tak i prostor realizace vzájemného porovnávání lezecké výkonnosti při závodech.

Soutěžní lezecké disciplíny jsou obtížnost, kde porovnávacím kritériem je schopnost vylézt cestu maximální obtížnosti, případně vylézt výše než soupeř. Další disciplínou je rychlost. Kritériem je přezení vytyčené trasy v co nejkratším čase. Poslední disciplínou je bouldering. Závodní bouldering je velmi podobný závodům na obtížnost, vzhledem k délce cest se však soutěží na více krátkých cestách "boulderech" a pořadí je určeno součtem výsledků z jednotlivých cest.

Nejmłodší závodní disciplínou je lezení mixů a ledů, kdy se využívá kombinace umělé stěny a ledových pasáží. Leze se dvěma cepíny a v mačkách. Stejně jako u lezení na umělých stěnách se soutěží v obtížnosti, rychlosti a boulderingu.

3.3.1.2 Sportovní lezení na skalách

Jak už bylo naznačeno výše, u skalního sportovního lezení lze vymezit hranici s tradičním lezením velmi obtížně. Dá se rozdělit do tří lezeckých disciplín - bouldering, nepískovcové skalní lezení a pískovcové skalní lezení.

Bouldering

Bouldering je charakterizován jako lezení zaměřené na překonání krátké pohybové sekvence v maximální možné obtížnosti, zpravidla nízko nad zemí. Jednoduše řečeno, bouldering je vlastně přelézání velkých kamenů. Leze se bez lana, s využitím odskakovacích žíněnek "bouldermatek". V poslední době je bouldering velmi populární, jak díky materiálové nenáročnosti tak zejména pro jeho společenský aspekt.

Nepískovcové skalní lezení

Nepískovcové skalní lezení se provozuje na všech druzích skály mimo pískovec. Cesty jsou osazeny fixními jistícími body tak aby v případě pádu nedošlo při správném jištění ke zranění, nebo smrtelným úrazům. Délka cest je ponejvíce do jedné lanové délky (cca 50 m), ale také může dosáhnout i několika set metrů, v tom případě již hovoříme o více délkovém sportovním lezení ("multipitch climbing") a řadíme ho do lezení v nižších, nebo středních velehorách.

Pískovcové skalní lezení

Pískovcové skalní lezení je specifikem České republiky a Německého pohraničí. Původně se jednalo o čistě tradiční formu horolezectví s velmi specifickou etikou lezeckého pohybu i zajištění cest. S nárůstem obtížnosti nových cest se však objevili i v těchto oblastech cesty, které jsou kvalitně a bezpečně zajištěny a právem je můžeme zařadit do kategorie sportovního lezení. Toto lezení vyžaduje speciální dovednosti v jištění a určitou technickou vyspělost lezců. Cesty jsou předem zajištěny kruhy, které jsou umístěny minimálně tři metry od sebe. Pro jištění se také používají přírodní skalní útvary, jako spáry, hroty, sklaní hodiny apod., kde se umisťují jisticí smyce.

3.3.2. Tradiční formy horolezectví

Tradičně pojatého horolezectví rozlišujeme základně na skalní a ledové horolezectví. Tradiční lezení se provozuje jak v pískovcových, tak nepískovcových skalních oblastech, zejména je však dominující v horách, kde často opět splývá ledové a skalní lezení v lezení ve smíšeném terénu.

3.3.2.1 Tradiční skalní lezení

Tradičním lezením, rozumíme horolezectví v takových terénech, které vyžadují zakládání vlastního postupového jištění, a problematika výstupů není založena jen na úrovni fyzické kondice, ale je často náročná i na psychiku v případech kdy hrozí dlouhé pády do ne příliš kvalitního jištění.

3.3.2.2 Tradiční ledové a mixové lezení

Zejména v poslední době velmi populární horolezecká disciplína, zejména u těžších cest na rozhraní se sportovním lezením. K vlastnímu kontaktu s ledem se využívá zasekávání cepínů a maček, v případě postupu po skále "drytooling" jejich zavěšování za skalní výstupky. Podle oblastí a náročnosti výstupu cesty využívají buď přirozené možnosti pro vlastní jištění, nebo kombinují zajištění skalních pasáží nýty a ledových pomocí ledovcových šroubů.

3.3.2.3 Horské lezení

Asi nejpůvodnější forma horolezectví, tedy pohyb směřující za dosažením horského vrcholu. Ani tato idea již dnes však není zcela vždy pravdivá a cílem lezců je průstup stěnou, nebo pouze vylezení vlastní cesty vedoucí částí stěny.

Rozlišujeme horolezectví v nižších velehorách (většinou sportovní, nebo tradiční skalní výstupy), ve středních velehorách (letní a zimní horolezectví) a nejvyšších (zpravidla expediční).

Samostatnou kapitolou jsou pak takzvané "bigwalls", které můžeme nalézt ve všech oblastech a to jak v letní tak i zimní podobě. Jedná se lezení ve stěnách, jejichž výška přesahuje 350 m a vyžadují užití jak volného tak i technického lezení (pomocí umělých pomůcek). Výstupy trvají zpravidla od jednoho celého dne až po několik týdnů.

3.3.3 Užití formy horolezectví

Jedná se o prostředí, v němž horolezecké prostředky a technika slouží k provedení konkrétních prací, nebo zajištění bezpečnosti osob. Nejvýraznějším příkladem je provádění výškových prací pomocí horolezecké lanové techniky, nebo některé lanové techniky sloužící záchranným, či policejním a armádním složkám.

3.3.4 Výstroj pro horolezectví

3.3.4.1 Lano

Lano je součást vybavení, které je společné všem odvětví opravdového horolezectví. V zásadě existují dva druhy lana. Statické, které se využívá pro speleologii a všeobecně pro slaňování a dynamické, užívané pro lezení. Při nákupu lana jsou hlavní kritéria délka, průměr, typ, manipulace, odolnost vůči odření a odolnost vůči vodě. [1]

3.3.4.2 Obuv na lezení – lezačka

Každá obuv je určena na jiný povrch. Některé boty jsou uzpůsobeny na pískovec, jiné na pevnou skálu nebo kluzký vápenec. Obecně však platí, že správná lezačka by měla být horolezci malá. To kvůli co nejsilnějšímu tření a co největší citlivosti nohou. [1]

3.3.4.3 Přilba

Měla by tvořit nedílnou součást horolezeckého vybavení a to zejména při skalním lezení. Výběr přilby je individuální, důležité je, aby přilba seděla a byla pohodlná. [1]

3.3.4.4 Pytlík na magnézium

Magnézium se používá pro vysoušení rukou a zpevnění uchycení. Během výstupu musíme dát pozor na to, aby byl pytlík dobře zavřený a magnézium se z něj nevysypalo. [1]

3.3.4.5 Úvazy

Úvazy, někdy se jim říká sedáky, můžeme rozdělit na lehké, které jsou oblíbené zejména v závodním horolezectví, a nastavitelné úvazy, které jsou vhodné na delší výstupy. Mnoho horolezců dává přednost celotělovým úvazům. [1]

3.3.4.6 Karabiny

Karabiny se používají pro vytvoření jisticího řetězce, který se obvykle skládá ze dvou horolezců spojených lanem. Existují tři typy karabin. Zaprvé jsou to karabiny bez pojistného zámku, které se používají pro průběžné jištění a nemají žádný zamykací mechanismus, dále existuje šroubovací karabina, která je vybavena pojistným zámkem, který zajišťuje, že se karabina volně neotevře. Posledním typem je bajonetová karabina. Jde o nový typ automatických zámků, které zabráňují samovolnému otevření zámku karabiny. [1]

3.3.4.7 Skoby

Skoby uplatníte zejména v horském terénu a při více délkových nezajištěných trasách. Staré trvale umístěné skoby jsou stále k vidění v Alpách a Dolomitech. Na českých skalách však skoby nevyužijete téměř nikde. [1]

3.3.4.8 Mechanická šplhadla

Úkolem šplhadel je sevřít zatížené lano buď jednosměrnými zuby, nebo rotací. Mezi nejstarší a zároveň nejoblíbenější typ šplhadla patří Jumar, který lano svírá pomocí šikmých zubů. Dalším typem šplhadel jsou páková šplhadla. Zde je nejznámějším typem petzl, který se do lana nezakusuje a je vhodný i na mokrá nebo mírně zledovatělá lana. [1]

3.3.4.9 Expreska - "Preso"

Je to vlastně druh karabiny. Jde o dvojitou karabinu sloužící k fixaci lana. Skládají se ze dvou karabin spojených krátkou sešitou smyčkou. [1]

3.3.4.10 Stopery

Stopery neboli vklíněnce, bývají upevněné na standardním laně nebo smyčce, dále na speciální nylonové šňůře nebo na drátě. Mnohé vklíněnce jsou zašpičatělé, to proto, aby se daly vložit do spár různých velikostí a tvarů. Nejrozšířenější je friend. Jedná se o tzv. nastavitelný vklíněnc. Tento typ vklíněnce umožňuje vytvořit jistící bod tam, kde je potřeba. Vkládá se do spár a skulin ve skále. [1]

3.3.4.11 Osma

Tradiční prostředek pro slaňování na jednoduchém nebo zdvojeném laně. Kromě toho se také používá pro jištění spolulezce. [1]

3.3.4.12 "Stopák"

Jeho princip umožňuje ve volné poloze zastavení lana, což se využívá zejména při výškových pracích a ve speleologii. Nevýhodou u stopáku je to, že může být použit pouze na jednoduchém laně, což snižuje jeho použitelnost při skalních výstupech. [1]

3.3.4.13 Jümar

Jümar je vlastně stoupací brzda. Je využíván při výstupech na fixním laně a to jako samojistící prostředek anebo jako brzda při tzv. jümarování. K tomu je ale zapotřebí druhá pomůcka, tedy další brzda, kterou máte v karabině na úvazu. [1]

4 Nejvíce vyhledávané lokality ve světě a v ČR

Když už víme něco o historii těchto sportů, známe základní informace a potřebnou výstroj, zbývá nám už jen zjistit, kam se za těmito sporty vydat.

4.1 Paragliding – lokality ve světě

Nejvíce se samozřejmě tomuto způsobu létání daří tam, kde jsou k jeho provozování nejvhodnější podmínky. Pro létání se jako ideální ukázaly Alpy. Paragliding se nejdříve rozvíjel ve Francii a Švýcarsku a poté i v Itálii, Rakousku a Německu ale i v dalších zemích.

4.1.1 Slovenská republika

Paragliding je na Slovensku velmi rozšířený zejména v oblasti Žiliny a Banské Bystrice. Dobré místo pro paragliding najdeme například v oblasti Slovenských Beskyd, Malé Fatry (Straník) a Velké Fatry (Křížna), v Nízkých Tatrách (Chopok) i Vysokých Tatrách (Slavkovský štít, Lomnické sedlo), dále na Východním Slovensku (Buče, Kamenický hrad) a v Bílých Karpatech (Pecková, Branč). [2]

4.1.2 Francie

Země galského kohouta je snad nejpestřejší a nejbohatší krajinou na terény vhodné pro provozování leteckých sportů. Dá se říct, že lidský život je příliš krátký k návštěvě všech terénů, které Francie nabízí. Startovat se dá z velehorského typu v oblasti Chamonix, stepního v Prevence i beskydského typu na jihozápadě. Oblíbenými oblastmi jsou Duna de Pilat, Pertuiset, Aiguille du Midi a mnoho dalších. [2]

4.1.3 Monako

V okolí Monaka se nachází několik letových terénů a každý z nich má své specifikum. Terén Sospel je vhodný pro počáteční rozlétání. Terén Gourdn není za určitých podmínek pro nepřiliš zkušené piloty moc vhodný. Další možnost létání se nazývá se Mt. Gros. Létá se nad obydleným pobřežím a na dohled od Monackého přístavu. Přistání je u moře na pláži. V letních měsících platí přísný zákaz létání přes 18.00 hod. Nádherné je létání nad nočním ozářeným Monte Carlem. [2]

4.1.4 Itálie

Itálie se táhne od Alp daleko do Středozevního moře. Nejzajímavější oblasti pro paragliding jsou v horní, v severní a východní části země, avšak mnoho terénů se nachází i na Sicílii a Sardinii. Mezi oblíbené oblasti patří Monte Baldo nebo Monte Stivo. [2]

4.1.5 Španělsko

Pyrenejský poloostrov je největší ze tří jihoevropských poloostrovů. Celá země je velmi hornatá, podnebí mírné. Paragliding je v některých lokalitách velmi rozšířenou zábavou. Nejkrásnější terény jsou v centrální a západní části Pyrenejí a v jižním Španělsku (Andalusie). Mezi významné lokality patří například Gallinero nebo Orduña. [2]

4.1.6 Slovinsko

Paragliding je ve Slovinsku na nejvyšší úrovni ze všech postkomunistických zemí. Slovinci jsou častými pořadateli evropských soutěží. Mezi typické představitele místních lokalit patří Krvavec, Křiška Gora a Potoška Gora. [2]

4.1.7 Řecko

Pro tvárnost krajiny jsou charakteristická vysoká pohoří, prolínání pevniny a moře. Paragliding je zde na poměrně vysoké úrovni, zejména v oblasti Soluně a Kréty, která se chlubí třemi sty letovými dny v roce. [2]

4.1.8 Kanárské ostrovy

Velmi rozmanité souostroví vzdálené necelých 200 km od západního pobřeží Maroka. Paragliding je na ostrovech velmi rozšířený. Pro létání je zajímavý zejména nejsevernější ostrov Lanzarote. Na ostrově Tenerife bylo v minulosti možné létat z vrcholu vulkánu Pico del Teide, avšak v současné době je to možné pouze se zvláštním povolením správy národního parku. [2]

4.1.9 Chile

Chile nabízí prvotřídní oblasti k létání. Paragliding je zde rozšířeným sportem zejména v okolí Santiaga. Některé oblasti jsou: Batuco, město, jehož hlavní atrakcí je 300 metrů hora, která se stala hlavním terénem pro nováčky a piloty střední úrovně, a to kvůli jeho vhodným podmínkám a snadnému přístupu. Další oblastí je obec Colina, která má perfektní startovní pozice a dobré povětrnostní podmínky. Jedním z oblíbených míst díky snadné dostupnosti a rozmanitým letovým oblastem je Mt La Piramide. Nejlepší doba k návštěvě je od října do dubna. Létání není povoleno o sobotách, nedělích a o svátcích. [2]

4.1.10 Další letová místa

Existuje mnoho dalších míst, kam se vydat. Můžeme například navštívit Austrálii, která se stala Mekkou dálkových rekordů a létání je zde na velmi vysoké úrovni. Velmi

rozšířenou zábavou je paragliding i v Japonsku, kde se v roce 1995 konalo mistrovství světa. Výtečné terény také najdeme po celých Spojených státech amerických. [2]

4.2 Paragliding – lokality v České republice

Lokalit vhodných pro provozování paraglidingu u nás nejdeme spoustu. Téměř v každém našem pohoří najdeme minimálně jedno místo, které je pro paragliding jak stvořené. Jediným problémem ovšem zůstávají sloupy vysoké napětí. [2]

4.2.1 České středohoří a střední Čechy

Mezi letové terény v této oblasti patří například Raná u Loun. Národní přírodní rezervace patří bezkonkurenčně mezi naše nejlepší školní terény. Tento kopec s bohatou historií nabízí opravdu kvalitní podmínky pro létání. Dalším místem určeným pro paragliding je hora Říp, která poskytuje vhodný terén pro vyznavače paraglidingu. Dále je tu oblast Račice nebo Na Babě a mnoho dalších. [2]

4.2.2 Krkonoše a okolí

Letové terény se nachází v oblasti Krkonošského národního parku (KRNAP). Údajně nejlepší terén pro paragliding v Čechách se nachází právě v Krkonoších na Černé hoře. Dalším letovým terénem je Lysá hora, která se nachází v západní části Krkonoš. Jedná se o letový terén určený pro rekreační a výkonnostní termické létání. [2]

4.2.3 Beskydy

Beskydy mají pro tento sport v České republice jedny z nejlepších podmínek. Komplex startovišť Velká Stolová – Ondřejník Skalka patří pro své vlastnosti mezi nejlepší letové terény v ČR. V regionu také působí několik paraglidingových škol (škola paraglidingu MAC, Beskydská škola létání). K jedinečným vlastnostem této lokality patří zejména velké převýšení (výška startu nad místem přistání), takřka opačná směrová orientace startovišť (ke startu je zapotřebí protivítr), možnost přistání na smluvně zajištěných velkých plochách bez překážek (stromy, elektrické vedení, zástavba), vzdušný prostor není u Velké Stolové nijak

omezen, což umožňuje zdatnějším pilotům hodnotné sportovní výkony (na Velkém Javorníku je možno létat jen do výšky 300 m nad terénem a na Javorovém u Třince je prostor omezen státní hranicí s Polskem a Slovenskem). [2]

4.2.4 Další oblasti České republiky

Mezi další oblasti, které jsou vhodné pro paragliding, patří Viničné Šumice (oblast Brněnska), Štikov (oblast Havlíčkobrodska), Koterov (západní Čechy – Plzeňsko), Letovice – Rozhraní (Českomoravská vrchovina), Perštejn (Krušné hory) a mnoho dalších. [2]

4.3 Potápění – Lokality ve světě

4.3.1 Kajmanské ostrovy

Kajmanské ostrovy leží ve středu karibské oblasti 772 km od Miami. Tím, co činí pro potápěče Kajmanské ostrovy tak výjimečné, jsou hluboké oceánské příkopy, které se na několika místech táhnou až téměř k pobřeží, a způsobují tak vyšší než průměrnou průzračnost vody. Kajmanské ostrovy patří k nejbezpečnějším potápěčským oblastem na světě. [7]

4.3.2 Bahamy

Bahamy představují největší koncentraci ostrovů v Atlantském oceánu. Souostroví se skládá ze 700 ostrovů, které se táhnou 1200 km jihovýchodním směrem od Floridy. Nachází se zde „modré díry“. Tato místa získala jméno podle temné modři, která je patrná při pohledu shora, a vznikají tam, kde se propadnou jeskyně se sladkou vodou. V modrých dírách se prolíná potápění na útesech s potápěním v jeskyních. Kromě útesů světové třídy, modrých děr a vraků jsou Bahamy proslulé tím, že se zde lze setkat s trnuchami, delfíny a žraloky. Bahamy patří mezi celoroční cíl potápěčů, hlavně díky neobyčejně jasné viditelnosti. [7]

4.3.3 Skotsko

Mezi potápěči, kteří vyhledávají potápění k vrakům v maximálně studené vodě, se Skotsko stalo světově proslulým díky potápěčským místům, jako je Scapa Flow. Scapa Flow leží 25 km severně od pevniny a je chráněn kruhem ostrovů, nazývaných Orkney Islands.

Přírodní přístav, tvořený Scapa Flow, byl během obou světových válek britskou námořní základnou a je zde na jednom místě soustředěno nejvíce lodních vraků na světě. Hlavní atrakcí jsou pozůstatky německé námořní válečné flotily, která byla potopena roku 1919. Některé z lodí jsou válečnými hroby a při potápění k nim je nezbytné povolení Královského námořnictva. [7]

4.3.4 Kanárské ostrovy

Kanárské ostrovy, které jsou součástí Španělska, leží asi 1120 km jihozápadně od španělského poloostrova. Fantastické podnebí a více než 5 měsíců v roce nadprůměrná viditelnost i poměrně malá vzdálenost od Evropy činí z Kanárských ostrovů přitažlivé potápěčské místo. Díky sopečnému původu ostrovů vyrostly pod vodou fantastické útvary. Hlavní potápěčská sezona je v období Vánoc. [7]

4.3.5 Sardinie

Sardinie ležící uprostřed západní části Středozemního moře je druhým největším italským ostrovem. Toto mořské prostředí je oceněno a obdivováno pro nescíslné množství tvarů a barev. Nalézají se zde všechny druhy živočichů. Zajímavé ponory najdete okolo celého pobřeží, ačkoli lepší místa se nalézají v severní části ostrova. Potápěči se k nim vydávají na nafukovacích člunech z pobřežní základny. [7]

4.3.6 Egypt

Egypt nabízí jednu z nejlepších možností k potápění v celém Rudém moři, od korálových útesů jižního útesu poloostrova Sinaj po odlehlé severní pobřeží Akabského zálivu až k nedotčeným pevninským překrásným hlubinám jihu, které jsou dosažitelné pouze vícedenními plavbami. Hlavními potápěčskými cíli jsou Hurghada a Sharm el Sheikh. [7]

4.3.7 Maledivy

Maledivy se skládají z rozsáhlého řetězce 26 atolů táhnoucího se od výběžku Indie. Díky středooceánskému umístění této rozměrné plošiny, se zde daří v téměř dokonalých podmínkách přírodního akvária nekonečným obměnám mořských aktivit. Tím že stojí na

jednom z největších útesových systémů na světě, staly se atoly magnetem pro potápěče, kteří vychutnávají příležitost být dlouze unášeni mělčinami nad hřebeny útesů. Maledivy se mohou chlubit mnoha výjimečnými terény. Uvnitř maledivského útesového systému existuje nepřehledné bohatství potápěčských příležitostí. Sezona Evropanů vrcholí v lednu a únoru. [7]

4.3.8 Jižní a západní Austrálie – útes Gangerous, útes Ningaloo

V potápěčském světě je několik adres stoprocentně slibujících jedinečné zážitky. Mezi legendární místa bezpochyby patří Jihoaustralský Dangerous Reef (Nebezpečný útes) s velkými žraloky bílými, a útesy Ningaloo s majestátními žraloky velrybími. Potápění na útesy Ningaloo vyžaduje poměrně složitou organizaci. Najímá se vyhledávací letoun, který pak krouží nad útesem a informace o žralocích předává kapitánovi lodi. [7]

4.3.9 Malajsie

Malajsie, ležící v samém srdci jihovýchodní Asie, je konfederací třinácti států a dvou federálních teritorií. U ostrovů Pulau Redang, Pulau Aur a Pulau Tenggol najdeme více tvrdých korálů a méně písku – jedná se o potenciální potápěčské lokality světové třídy. Naproti přes moře na Borneu na západním pobřeží státu Sabah nalezneme vraky lodí Labuanu – hotový ráj pro mořský život a fanatiky potápění k vrakům lodí. Do blízkosti Kota Kinabalu připlouvají každoročně mezi lednem a dubnem žraloci velrybí. Palau Sipadan – jedná se o jedinečnou potápěčskou lokalitu nabízející širokou škálu příležitostí – od jednoduchého potápění u břehu, přes potápění v mořských proudech, noční potápění, strmé podmořské stěny, vzácné želvy nevyjímaje. [7]

4.3.10 Indonésie

Indonésie je nesmírně různorodá země skládající se z více než 13 000 ostrovů. Leží uprostřed indo-pacifické biosféry a oplývá nesmírně rozmanitým a bohatým mořským životem. Jednoznačnou špičkou mezi indonéskými potápěčskými lokalitami je rezervace Bunaken-Manado Tua Marine Park, ležící pouhých pár kilometrů od pobřeží ostrova Manado. Potápění v oblasti Bunaken se koná vždy na strmých a kolmých útesových stěnách s jedinečným korálovým porostem sahajícím až do velkých hloubek. Potkáme tu jak všechny druhy útesových ryb, tak i žraloky, rejnoky a želvy. [7]

4.3.11 Papua – Nová Guinea

Stát Papua-Nová Guinea leží v západní Oceánii severně od Austrálie. Díky nízké hustotě osídlení není rybolov tak silný a život v moři příliš silně neovlivňuje. V důsledku toho se lze na řadě potápěčských míst s velkou pravděpodobností setkat s hejny kranasů a barakud, stejně jako s karety a žraloky. Papua-Nová Guinea se rychle stala v Tichomoří hlavním cílem potápěčů. [7]

4.3.12 Velká útesová bariéra a Korálové moře

Australská Velká útesová bariéra se rozprostírá jižně od ostrova Papua-Nová Guinea. Zahrnuje asi 2000 jednotlivých útesů a 71 korálových ostrovů, které jsou jako drahokam roztroušené u pobřeží Queenslandu a v Korálovém moři. Neslavnější přírodní div Queenslandu je chráněn v rámci Mořského parku Velké útesové bariéry a je zařazen do seznamu míst Světového dědictví. Velký bariérový útes patřil vždy mezi prvotní exotické cíle potápěčů. I když ve skutečnosti byly konečným cílem křišťálové vody vzdáleného Korálového moře s atoly stoupajícími z extrémních hloubek.

Vody Korálového moře se blíží průsvitnosti džinu. Všechno se zdá být přerostlé, od kolosálních kolonií korálů a velkých žraloků po širokohřbeté rejnoky. Na žádném z atolů v Korálovém moři nemusí být živočichové hojní, ale zato se zdá, že je to vždy ten největší, jakého jste kdy viděli. [7]

4.4 Potápění - lokality v České republice

4.4.1 Lipno 1. – Frymburk

Přehrada s největší rozlohou v ČR. Napuštěna byla v roce 1959. Zaplavena byla část městečka Frymburk, pod hladinou se dají nalézt zbytky asi deseti domů. Vlevo od přívodu v zátocce je zatopený hřbitov hloubce cca 10 m, na protějším břehu vlevo je zatopená vesnice.

4.4.2 Březová u Karlových Varů

Přehradní nádrž Březová u Karlových Varů byla původně vybudována jako záchytná hráz pro „stoletou vodu“. Voda je zde téměř celoročně hodně zakalená, pouze na přelomu jara

a léta jsme zde viděli lepší stav. Což je možná velká škoda, je zde zatopený původní kamenný most, stále ještě velmi zachovalý. Lokalita je velmi zarybněná, od jara do podzimu jsou břehy obklopeny rybáři.

4.4.3 Špindlerův Mlýn – Labská přehrada

Členité dno, zbytky mostku a navigace v korytě. Důležité je chytit roční období. Z jara bude asi viditelnost nulová stejně jako k podzimu. Při vydatnějších srážkách dochází k většímu odpouštění vody z přehrady a tím k pročištění. Jsou vidět pstruzi a další drobní vodní živočichové.

4.4.4 Slezská Harta

Přehradní nádrž na řece Moravici napuštěná v roce 1997 dala vzniknout novým potápěčským lokalitám. K vidění jsou především ryby a zatopené objekty. Je zde poměrně přísný režim, jelikož Slezská Harta slouží jako přehradní nádrž před vodárenskou nádrží Kružberk. Potápění je zakázáno v ochranném pásmu v prostoru u hráze (od hráze až po linii žlutých bójek vzdálenou cca 1km) a dále v horních úsecích zátok Dlouhá stráž a Pod černým mostem, kde jsou chráněná trdliště ryb (obě zátoky jsou z potápěčského hlediska nezajímavé). Přehradní nádrž částečně zatopila obce Nová Pláň, Rázová, Dlouhá Stráž, Leskovec a Roudno. Zcela zatopena byla obec Karlovec.

4.4.5 Hranická propast

Hranický kras je vyvinutý v ostrůvku devonských vápenců v okolí města Hranic na Moravě. Propast leží na pravém břehu řeky Bečvy v Národní přírodní rezervaci Hůrka u Hranic. Hloubka suché části propasti je 69,5 m. Nejhlubší ponor byl do hloubky 185 m. Dna doposud nebylo dosaženo. Celková potvrzená hloubka suché i mokré části je 274,5 m, což činí Hranickou propast nejhlubší propastí v Česku. Lokalita je přístupná pouze pro účely speleopotápěčského průzkumu.

4.4.6 Hrádek

Pískovna Hrádek leží přibližně 7 km od Pardubic směrem na Hradec Králové. Pískovna nabízí velkou hojnost ryb (štiky, kapři, okouni, plotice i bájněho hrádkovského sumce). Místní raritou je vrak `letadla` v hloubce kolem 6.5 m.

4.4.7 Sečská přehrada

Lokalita je známá jako místo závodů v orientačním potápění. Je zde travnatý břeh, dno je od kraje tvořeno hrubým pískem a oblázky a klesá rovnoměrně do hloubky asi 22 m. Dno je dále pokryté jemným sedimentem. K vidění jsou pařezy, vrak pramice, ryby nejvíce u hladiny do hloubky asi 4 m. Proti proudu původního toku v hloubce 20 m kamenná zeď asi 1 m vysoká a klenuté sklepení. Okolo na svahu mohutné pařezy sahající do 15 m.

4.4.8 Mrákov – Maledivy

Bývalý amfibolitový lom (amfibolit je tvrdá hornina, směs metamorfovaných vyvřelin), těžba ukončena 1988. Hlavní atrakcí je ponorná kabina Atlantis. Je to patrně největší keson či kabina v Česku. Vzduch bývá pravidelně vyměňován kompresorem z hladiny. O kus dál leží vrak motorového člunu. Vyplatí se koukat i pod něj, třeba narazíte na sumce dlouhého bezmála dva metry, který zde bydlí.

4.4.9 Orlická přehrada – Bor

Jsou zde k vidění dvě budovy zařízlé do svahu, pata zdiva v hloubce přibližně 28 m. Při pohledu ke svahu je vpravo zachovalá patrová budova bez střechy a s propadlým patrem. Nejvíce připomíná starý statek. Je možno volně plavat podél vysokých obvodových stěn, proplouvat dveřmi i okenními rámy, jen je třeba dávat pozor na množství vysokých stromů při několika stěnách statku. Jedno z oken je zamřížované, v okně za mříží dokonce zůstal zbytek skla. Na levé straně této budovy je dole vchod do úzkého, dlouhého sklepa. Nahlédnout není problém. Ke statku patřila i jednoduchá stodola, ta je jen o malý kousek hlouběji do zátoky. Pod ostrohem, který zřetelně vystupuje do zátoky, jsou na pravé straně (pohled od řeky) další zbytky rozsáhlého stavení, které se sice nedochovalo v tak dobrém stavu, zřejmě

kvůli menší hloubce 20 - 27 metrů, ale přesto jeho vysoké zdi a členitost lokality stojí za podívání. Max. hloubka je 30m.

4.4.10 Slapská přehrada – Ždán, Koranda

Lokalita se nachází v zátoce při severním okraji poloostrova Ždán. Pod vodou jsou ke spatření zbytky velkého splavu s vysokými kamennými a betonovými zdmi, o dost dál ze zátoky ven v hloubce kolem 26 m jsou patrné pozůstatky mlýna Na Korandě a samozřejmě - díky živému provozu rekreačních plavidel - je zde spousta utopených mol a pozůstatků lodí všech velikostí. Sbírce vraků dominují dva velké a dobře zachovalé hauzbóty a kajutový motorák.

4.4.11 Oldřichov – Barbora

V současné době existuje v České republice jediné velké jezero ve zbytkové jámě po těžbě hnědého uhlí. Je to jezero Barbora u Teplic, které se samovolně naplnilo v 70. letech. Dno bahnité, jíl s nánosem sedimentu, místy dno ujíždí. Nalezneme zde mnoho druhů vodních travin a mnoho druhů ryb. V sedmi metrech leží vrak wartburgu, ve třiceti metrech nádražák, kousek pod ním leží surf a ve 46m kanoe.

4.5 Horolezectví – lokality ve světě

4.5.1 Kampermauer

Mohutný vápencový masiv Kampermauer, jenž nabízí několik desítek odjištěných tras v pevném vápenci, najdete jen přibližně 200 kilometrů za českými hranicemi. Kampermauer je poměrně velká lezecká oblast v Rakousku s cestami ve velmi kvalitním a pevném vápenci. Vlastní oblast je tvořena mohutným masivem, kde je přibližně 80 sportovně odjištěných lezeckých cest o délkách od 20 do 310 metrů. Výška vlastního masivu přesahuje místy výšku 300 metrů. Celá oblast je situována k jihu, proto bývají skály příjemně prohřáté. Oblast je převážně velmi dobře zajištěna.

4.5.2 Skály u Chamonix

Přibližně 200 metrů široká stěna ve Francii je kvalitně a poměrně hustě zajištěná. Materiál je pevný a lezení velmi příjemné. Lezení na zdejších skalách je bezesporu příjemným zpestřením pobytu v celoročně zasněžených horách. V samotném Chamonix potom máte možnost navštívit například muzeum alpinismu se zajímavou expozicí historie výstupů na Mont Blanc.

4.5.3 Korsika

Rok od roku je tento středomořský ostrov stále populárnějším cílem horolezců z celého světa. Většina lezeckých oblastí se nachází na jižní části ostrova nebo ve vnitrozemí. Za nejkrásnější místo na Korsice jsou označovány Anglické kaskády. Za to by bylo možné ale označit i skalní oblast Calanche na západním pobřeží ostrova u města Porto. Do červena zbarvené skály jsou chráněny organizací UNESCO a lezení je zde přísně zakázáno, ale přesto stojí za návštěvu. Dalšími lezeckými oblastmi je Soleranza,.

4.5.4 Omiš

Městečko Omiš se nachází v Chorvatsku přibližně 30 kilometrů od Splitu směrem na Makarskou a Dubrovnik. Omiš je populárním letoviskem s krásným historickým centrem a řadou možností, jak naložit s volným časem. Pokud jde o lezení, je zde více než 20 různých tras. Lezení se doporučuje brzy z rána, kdy je celá stěna ve stínu. Odpolední lezení je vhodné pro milovníky aktivního opalování. Materiál je pevný s ostrými chyty. Všechny trasy jsou dobře odjištěny novými nýty a slaňováký, takže jsou vhodné i pro začínající lezce. V okolí je potom řada možností na klasické lezení jako například skalní stěny nad městem Makarská.

4.5.5 Národní park Paklenica

Jedná se o jedinečný vápencový kaňon u města Zadar v Chorvatsku. Desítky kvalitně zajištěných tras s novými nýty začínají již u parkoviště. Pokračujete li dále hlubokým kaňonem, potom narůstá jak výška, tak i náročnost výstupů. Nejvyšší stěny nabízejí až 350 metrů krásného lezení. Nejznámější stěnou je Anica Kuk, kterou prochází více než 30 tras.

4.5.6 Súlovské skály

Súlovské skály na Slovensku jsou součástí Strážovských vrchů mezi Žilinou a Považskou Bystricí. Charakteristické skalní věže z dálky připomínají pískovcové útvary, ale jsou tvořeny tzv. súlovským slepencem. Od roku 1973 jsou Súlovské skály přírodní rezervací, spadající pod CHKO Strážovské vrchy. Lezeckých možností zde najdete nepočítaně a to v různých obtížnostech. Od jednoduchých tras až po náročné spáry a trasy.

4.5.7 Skalní oblast Pajštún

Vápencová skalní oblast pod hradem Pajštún patří mezi nejpopulárnější a nejnavštěvovanější lezecké lokality na Slovensku. Až 30 metrů vysoké skály najdete přímo pod zříceninou hradu. Pajštún uspokojí lezce všech výkonnostních kategorií. Podle některých průvodců zde najdete celkem 120 tras, což může být trochu přehnané.

4.5.8 Cabo da Roca

Jen pár desítek kilometrů od Lisabonu, na západním pobřeží Portugalska, najdete překrásné útesy s lezeckými trasami. Oblast Cabo da Roca je ideálním místem pro milovníky vzdušného lezení a top ropingu.

4.5.9 Skalní oblast Kotečnik

Většinou se jedná o kolmé a více či méně převislé cesty. Naleznete zde dokonce i méně obvyklé cesty ve stropech, délka cest obvykle mezi 15 – 20 m. Nejdelší cesty vedou v kolmých až mírně převislých stěnách s délkou až 35 m. V oblasti Kotečnik ve Slovinsku si zaleze úplně každý od rekreačních lezců až po výkonnostní drtiče.

4.5.10 Národní park Bako na Borneu

Národní Park Bako nalezneme na malajském Borneu, konkrétně na jeho východním cípu. Je známý svými pozoruhodnými pískovcovými útesy. Právě na nich najdete nesčetné množství míst vhodných pro bouldering. Každé odpoledne přichází odliv, který umožňuje snadný přístup přímo pod skály.

4.5.11 Railay beach u Krabi

Stále více příznivců skalního lezení se vydává do thajského města Krabi na západním pobřeží země, kde vyhledávají zdejší nádherné vápencové stěny a lezení ve stabilně teplém počasí. Z nábřeží v centru Krabi odjíždějí malé čluny na několik nejpopulárnějších pláží v okolí. Většina lezců zamíří okamžitě na pláž Railay, vzdálenou asi 45 minut od Krabi. Příznivci boulderingu zde také najdou nespočet možností převislého lezení nad vodní hladinou, kdy je pád zakončen příjemným osvěžením. Zkrátka Railay beach se stala rájem pro horolezce z celého světa a není divu, že se zde pravidelně schází světová špička sportovního lezení na zimní tréninkové pobyty.

4.5.12 Grand Canyon

Grand Canyon v USA je přírodní útvar, který vytvořila během milionů let řeka Colorado. V roce 1919 zde byl vyhlášen národní park. Nalezneme ho na severním okraji Arizony a zasahuje na jih státu Utah. Veřejně přístupný je tzv. jižní okraj – South Rim. Zde je možno získat povolení ke vstupu do neveřejné části parku tzv. Wilderness. Bez tohoto povolení je vstup do „divočiny“ překročením zákona, rangers mají statut policisty a mohou „černého“ návštěvníka zatknout a předvést v železech. Je otevřeno celoročně.

4.6 Horolezectví – lokality v České republice

4.6.1 Svatošské skály

Svatošské skály jsou chráněným přírodním útvarem ležící na levém břehu řeky Ohře v blízkosti Karlových Varů. Bezesporu jsou nejpopulárnější lezeckou oblastí v tomto kraji. Díky velkému počtu tras si zde zaleze každý, jak začátečník, tak zkušený horolezec.

4.6.2 Velká a Malá Baba u Tempštýna

Velká a Malá Baba jsou jen dva z několika žulových útvarů, které se nacházejí v Jihomoravském kraji. Najdete zde dostatek lezeckých tras s kvalitním jištěním a v různých obtížnostech. Velká Baba dosahuje výšky 40 metrů z čehož poslední 4 metry jsou na úzkou

věžičku na vrcholu masivu, odkud se Vám naskytne nezapomenutelný pohled na skalnaté údolí řeky Jihlavy. Malá Baba je nejmenším, ale nejkrásnějším útvarem této lokality. Žulová skála, která je k nerozpoznání od pískovcových homolí, je dobrým cvičným terénem pro začínající lezce. Okolní skalky nabízejí mnoho možností pro bouldering.

4.6.3 Sloup – Moravský kras

Skalní stěny dosahují výšky cca. 30 metrů a jsou dobře odjištěny fixním jištěním. Lezení na zdejších vápencových skalách je dobrou školou a místem, kde se vypracovala nejedna česká lezecká hvězda. Hladký vápenec vyžaduje dostatek síly a správnou techniku, bez které si příliš nezalezete. Díky snadnému přístupu ke skalám patří Sloup mezi nejvyhledávanější lezecké oblasti na Jižní Moravě a často zde bývá docela plno.

4.6.4 Holštejn - Moravský Kras

Holštejn je malá obec ležící na Jižní Moravě severovýchodním směrem od města Blansko. Vápencové skály u Holštejnu patří k vůbec nejtěžším lezeckým oblastem nejen v Moravském krasu, ale v České republice vůbec. Cesty jsou dobře odjištěny, ale pokud s lezením teprve začínáte, pak je lepší vyrazit na jiné místo.

4.6.5 Adršpašské skály

Adršpašsko-Teplické skály jsou s největší pravděpodobností nejznámějším a nejnavštěvovanějším pískovcovým terénem v České republice a možná i v celé Evropě. Nacházejí se v severovýchodních Čechách, v CHKO Broumovsko. Skály vznikly geologickou činností a tvořily jednolitý pískovcový blok, který se postupem času a následkem eroze rozrušil na četné věže, sloupy, komíny a kaňony.

V celé oblasti platí pravidla pro lezení na pískovcových skalách, což znamená žádné magnesium, friendly a vklíněnce. Jediným povoleným dojišťováním jsou smyčky. Skalní věže dosahují často výšky přes 70 metrů. Oblast je známá komínovým a spárovým lezením. Nejznámějšími útvary jsou Milenci (nejvyšší pískovcová skála Evropy), Starosta a Starostová, Džbán, Homole cukru a Štěpánská koruna. Lezení je zde omezeno.

4.6.6 Jizerské hory

Jizerské hory patří k nejvýznamnějším horolezeckým terénům v severovýchodních Čechách. Svým geologickým složením i jedinečnými přírodními krásami jsou v ČR ojedinělé. Po geologické stránce jsou zdejší skály tvořeny hrubozrnnou žulou, z níž vystupují krystaly ortoklasu. Ty umožňují zdejší náročné plotnové lezení. Skály jsou převážně věže a stěny s výškou až 50 metrů. Zahradní stěna, což je vlastně soustava stěn, je dokonce přes 200 metrů vysoká.

4.6.7 Jeseníky – Čertovy kameny

Čertovy kameny jsou skalní útvar nacházející se na severním úbočí Zlatého chlumu asi 3 km od Jeseníku. 40 m vysoký a 100 m dlouhý skalní útvar dal i jméno turistickému objektu, který byl vybudován v jeho těsné blízkosti na počátku 20. století. Jedná se o nejvýznamnější a zároveň i nejtěžší oblast na Jesenicku. Skalní oblast tvoří několik věží a okrajových skal. Skála je velice pevná a poskytuje krásné lezení na plotnách, v kolmých a převíslych stěnách. Cesty jsou jištěny fixními skobami, kruhy a nýty. Na vrcholech věží jsou osazeny slaňovací kruhy. Skály dosahují výšky do 30 m.

4.6.8 Jeseníky – Obří skály pro Šerákem

Nachází se asi de deset kilometrů od města Jeseník, u obce Ramzová. Výška jednotlivých skalních bloků se může pohybovat maximálně kolem 7 – 10 metrů, ale díky pevnému materiálu a mnohdy zajímavým útvarům se jedná o kvalitní boulderovou oblast. Ačkoliv se nacházíte v CHKO, pohyb na skalách není nijak omezen. Je ale zapotřebí dbát všech ostatních pravidel chování v chráněné oblasti a zcela určitě se vyhnout používání magnesie. Lezecky hodnotná je zejména severní část obřích skal.

4.6.9 Škrovád – pískovcové skály u Slatiňan

Zbytečně opomíjenou pískovcovou oblast najdete u obce Škrovád nedaleko Slatiňan na Pardubicku. Bývalé lomy dnes nabízí velkou škálu tras a boulderů. Škrovádské skály jsou pozůstatkem těžby zdejšího pevného pískovce, přičemž lezení zde začalo již v roce 1960. Až 20 metrů vysoké stěny se táhnou přibližně 300 metrů daleko, přičemž jejich výška kolísá

s okolním terénem. Na své si zde přijdou nejen lezecké dvojice, ale velké vyžití zde čeká i na příznivce boulderingu. Lezení je zde povoleno pouze členům horolezeckých organizací a klubů, znalých pravidel lezení na pískovcových skalách.

4.6.10 Kutná Hora - Malešov

Jen několik kilometrů od centra Kutné Hory najdete krásné a hodnotné lezení. Jedná se o přibližně 30 metrů vysoké, členité a dobře zajištěné stěny s množstvím tras ve všemožných obtížnostech. Obzvláště hodnotné jsou plotny a spárky v hlavním masivu. Jištění pomocí borháků. Většina tras je zakončena slaňovacími kruhy. Na skalách je zakázáno používat magnesium, jinak je lezení bez omezení.

4.6.11 Perštejn

Skalní oblast Perštejn se nachází na levém břehu řeky Ohře mezi obcemi Boč a Perštejn. Až 50 metrů vysoké ortorulové stěny nabízí řadu krásných výstupů v obtížnostech pro všechny kategorie lezců. Více než 120 tras je dobře odjištěno pomocí borháků a nýtů. Dolů se většinou slaňuje. Materiál je pevný a příjemný, ale při horkém létě se dokáže značně rozpálit. Oblast je dobře dostupná a často slouží jako cvičný terén pro horoškoly nebo záchranáře.

4.6.12 Buchlov – Skály pod Barborkou

Jen kilometr od známého hradu Buchlov ve Zlínském kraji je možné si zalézt na zajímavých pískovcových útvarech. Deset pískovcových věžiček je rozseto v hustém lesním porostu. Některé z nich mohou dosahovat výšky 15 metrů, ale většina z nich je nižších. V oblasti je více než 100 tras. Zalezou si opravdu všichni. V okolí je velká řada balvanů vhodných pro bouldering.

4.6.13 Žďárské vrchy – Bílá skála

Její název je odvozen od zbarvení, které jí dává dopadající jižní slunce. Jedna z nejkrásnějších skal na Žďárských vrších patří mezi chráněné přírodní útvary a lezení je zde omezeno. Leze se pouze jižní stěna. Počtem a různorodostí tras patří Bílá skála mezi

nejhodnotnější v oblasti. Svě si zde najdou jak začátečníci, bouldraři, ale i zkušení lezci. Jižní stěna, osazená novým jištěním, nabízí mnoho variací a technik lezení, na pevné a čisté skále. Sestup je možný pouze sláněním.

5 Návrh zájezdu

Praktickou část mé bakalářské práce tvoří navržený adrenalinový zájezd. Snažila jsem se navrhnout takový zájezd, ve kterém by se uplatnily všechny zmíněné adrenalinové sporty. Uskutečnění tohoto zájezdu je závislé na počtu přihlášených účastníků. Zájezd může být uskutečněn v případě, že by se našel dostatečný počet zájemců jak o všechny tři sporty, tak v případě, že by se sešlo více příznivců jednoho nebo dvou sportů.

5.1 Sestavení zájezdu

Při sestavování tohoto zájezdu bylo nutné vymezit, pro koho je vlastně určen, pro kolik osob a termín, kdy se zájezd uskuteční. Dále bylo nutné zajistit ubytování, stravování, dopravu, instruktory pro každý sport a další služby. Poté se musela vykalkulovat cena zájezdu, rozhodnout, kde se potencionální účastníci dozvědí o tomto zájezdu a jakou formou.

5.1.1 Pro koho je zájezd určen

Tento zájezd je určený pro všechny, kdo mají horolezectví, potápění nebo paragliding jako svůj koníček a věnují se jim už řadu let. Je vhodný také pro ty, kdo teprve absolvovali přípravné kurzy v potápění, paraglidingu nebo horolezectví a chtějí si tak v praxi vyzkoušet svoje schopnosti. Účastnit se ho mohou také ti, kteří by si chtěli vyzkoušet paraglidingový tandemový let.

5.1.2 Místo realizace zájezdu

Pro uskutečnění tohoto zájezdu bylo velmi důležité vybrat takové místo, kde by se dali provozovat všechny uvedené sporty a jednotlivé stanoviště by od sebe nebyly moc vzdálené.

Jako místo realizace zájezdu jsem zvolila Beskydy v Moravskoslezském kraji. Protože Beskydy patří mezi nejlepší letové terény pro paragliding, najdeme zde mnoho vhodných

oblastí pro tento sport. Nachází se zde také několik skalních oblastí, které nabízejí dobré možnosti pro lezení. Moravskoslezský kraj je taky vyhledávanou lokalitou pro potápěče.

Během zájezdu navštíví účastníci jednotlivých sportů dvě stanoviště. Každé z nich nabízí velmi dobré podmínky pro uskutečnění těchto sportů. Příznivcům těchto sportů jsou všechny tyto lokality dobře známy a jsou jimi také hodně navštěvované. V příloze 1 jsou uvedeny mapy, které znázorňují, kde se jednotlivá stanoviště nacházejí.

5.1.2.1 Paragliding

První lokalitou pro paragliding je Ondřejník. Po obou stranách startoviště se nacházejí vzrostlé smrky a velmi nebezpečný je také silnější jižní vítr. Proto toto startoviště není vhodné pro úplné začátečníky, ale jen pro zkušené letce. Přistává se na úpatí kopce pod startovištěm. Nejlepší přístup je z Kunčic pod Ondřejníkem po modré turistické značce na vrchol Skalka. Startoviště se nachází asi 50 m od vrcholu.

Dalším startovacím místem je lokalita Radhošť. Startuje se z horské louky blízko chaty na vrcholu Radhoště. Pozornost by se měla věnovat stromům a keřům, které jsou roztroušeny kolem startoviště. Přistává se na lukách na jihozápadním úpatí Černé hory. Při přistávání se musí brát ohled na sloupy vysokého napětí. Tento letový terén není určený pro začátečníky. Nejméně namáhavý přístup ke startoviště vede z Pusteven po modré turistické značce. Cesta je asi 3,5 km dlouhá.

5.1.2.2 Horolezectví

Jedním z mnoha míst, kde se dá provádět horolezectví je Štramberk u Kopřivnice. Lezení zde není nijak omezeno, jen je nutné dodržovat pokyny ostrahy lomu. Dobře jištěné trasy v mnoha obtížnostech uspokojí jak začínající, tak i zkušené lezce. Výška lomu dosahuje až 30 metrů. Po příjezdu do Štramberka se ptejte na tzv. Starý lom, ke kterému se pak dá dojet autem. Zaparkovat je možné před vstupem do lomu.

Příjemnou nabídku lezecké aktivity při putování krajem Moravskoslezských Beskyd představuje horolezecká oblast Godula. Jedná se o bývalý lom situovaný v jihozápadním úbočí hory Godula, začleněné do řetězu hor severního okraje Beskyd. Jedná se přibližně

o 20 m vysokou stěnu tvořenou velmi tvrdým pískovcem. Leze se v létě i v zimě bez maček a cepínů, aby nedošlo k poškození malých chytů. Ke skalám vedou dvě cesty z obce Komorní Lhotka, která je vzdálená asi 15 km od Českého Těšína. Od hotelu Godula, nebo od hotelu Santis, kde je velké parkoviště. Cesta trvá kolem 15 minut pěší chůze.

5.1.2.3 Potápění

Velmi oblíbeným cílem potápěčů z celé ČR ale i z Polska je více než 35 m hluboký břidlicový lom Svobodné Heřmanice. Tento lom s většinou velmi čistou vodou se nachází západně od Opavy, jižně od Krnova a východně od Bruntálu. Mezi Bruntálem a Opavou jsou Velké Heraltice a 10 km jižně jsou Svobodné Heřmanice. Od železné lávky u vstupu do vody je vyvázána šňůra, která Vás provede po největších atrakcích lomu. V 17 metrech je na řetězech ukotven keson, který dříve sloužil pro studium dlouhodobého pobytu lidí pod hladinou. Od kesonu lanko pokračuje kolem zbytků auta, truhly s pokladem a pumpy ke kamennému valu, za nímž se dostáváte do nejhlubší části lomu. Tady můžete nahlédnout do asi metr hluboké čtvercové studny, za níž lze pokračovat na nejvzdálenější atrakci lomu - telegrafní sloup ověšený vším možným. Celková délka lomu je cca 500 metrů.

Na jaře roku 1957 byla napuštěna Žermanická přehrada, která byla zbudována především pro zásobení průmyslových podniků v Ostravě provozní vodou. Nachází se asi 5 km od Havířova. V důsledku stavby přehrady byly zatopeny podstatné části obcí Horní a Dolní Soběšovice. Pod vodou skončilo historické centrum s desítkami domů včetně kostela, školy, tří vodních mlýnů a zemědělských statků.

5.1.3 Ubytování

Ubytování je zajištěno v tříhvězdičkovém hotelu U Lip, který se nachází přímo pod horou Radhošť v obci Trojanovice. Hotel nabízí ubytování ve 21 komfortně vybavených pokojích o celkové kapacitě 53 lůžek. Všechny pokoje jsou vybavené nábytkem, nočními stolky, lampičkami, skříněmi, koupelnou se sprchovým koutem a sociálním zařízením, televizí.

Pro tento zájezd je zajištěno ubytování ve dvou a třílůžkových pokojích. Do třílůžkových pokojů je možné přidat přistýlku.

5.1.3.1 Okolí hotelu

V blízkosti hotelu je mnoho příležitostí jak strávit volný čas. Pro milovníky horské turistiky je v okolí Pusteven mnoho turistických tras. Zdejší terén je vhodný pro jízdu na kole. Příznivci vodních sportů zde mají k dispozici krytý bazén ve Frenštátě pod Radhoštěm. V letních měsících je možnost využití Aquaparku. Hráči golfu si přijdou na své v Prosper Golf Clubu Čeladná a ve Valašském golfovém klubu Rožnov p.R. Pro vyznavače adrenalinových sportů je tu možnost paraglidingu nebo sjezd Koloběžkové trati Pustevny - Ráztoka. Zajímavým zážitkem může také být návštěva Lanového centra Tarzanie. Zejména pak pro skupiny dětí (škola v přírodě, lyžařský výcvik, školní výlet).

Tato lokalita nenabízí jen sportovní vyžití. Vděčným výletním cílem je také starobylé městečko Štramberk, které je díky své bohaté historii na seznamu UNESCO. Dominantou města je hrad Trúba se svou věží. V blízkosti se nachází známá jeskyně Šipka, ve které byly objeveny kosterní pozůstatky člověka neandrtálského. Unikátní pohled na tradiční život na Valašsku nabízí Valašské muzeum v přírodě v Rožnově pod Radhoštěm.

5.1.4 Stravování

Součástí hotelu U lip je i restaurace, kde je pro účastníky zajištěno stravování. Je zde široký výběr výtečných jídel jak studené, tak i teplé kuchyně a to vše v příjemném prostředí. V jídelním lístku se vyskytuje také celá řada místních specialit, které stojí za ochutnání.

Pro účastníky této akce je stravování zajištěno formou polopenze. Ta se skládá ze sobotní večeře a nedělní snídaně. Další jídlo už není v ceně tohoto zájezdu.

5.1.5 Doprava

Pokud jde o dopravu, při tomto zájezdu není zajištěn žádný společný dopravní prostředek. Dopravu si zajišťuje každý účastník dle svých možností. Bude-li to třeba, má každý instruktor vlastní auto, které je klientům k dispozici.

5.1.6 Další informace o zájezdu

Tento zájezd se uskuteční v termínu od 17. 7. do 19. 7. 2009. Maximální počet účastníků je stanovený na 12 osob. Během zájezdu jsou k dispozici profesionální instruktoři, kteří dohlíží na vše potřebné. Počet instruktorů bude přizpůsobený charakteru zájezdu. Pokud by některý z účastníků potřeboval, je zde možnost zapůjčení některého z vybavení, samozřejmě za příplatek. Při tandemovém letu je zapůjčení výstroje automatické. Mezi další služby patří například možnost zajištění kameramana za příplatek 1.200 Kč.

5.1.7 Zrušení zájezdu

Zájezd bude zrušen při nedosažení minimálního počtu účastníků nutného pro realizaci akce. Tento minimální počet je stanovený na 4 osoby. Zrušení zájezdu se účastníkům oznámí telefonicky co nejdříve, jak jen to bude možné, nejpozději však 7 dní před plánovaným zahájením zájezdu. V případě zrušení zájezdu bude klientům vrácena platba v plné výši.

V případě špatného počasí je účastníkům nabídnut náhradní program. Klienti mohou zamířit na Pustevny, kde se nachází známá socha pohanského Boha Radegasta a kaple Cyrila a Metoděje. Další možností je prohlídka starobylého městečka Štramberk a jeskyně Šipka. Bezpochyby vynikajícím výletem je návštěva Valašského muzea v přírodě v Rožnově pod Radhoštěm. Pro příznivce automobilového průmyslu je tu pak možnost návštěvy Technického muzea Tatra v Kopřivnici.

5.1.8 Cena zájezdu

Cena zájezdu činí 3.380 Kč. Cena zahrnuje: ubytování, stravování, parkování před hotelem a služby profesionálních instruktorů.

V ceně není zahrnuta doprava, cena za kameramana, zapůjčení výstroje a další služby, které nejsou uvedeny v položce cena zahrnuje.

5.1.8.1 Kalkulace ceny zájezdu

ubytování	1.100,--
instruktor	1.650,--
stravování (polopenze)	300,--
<u>parkování</u>	<u>80,--</u>
celkové náklady	3.130,--
<u>zájezd (8 %)</u>	<u>250,--</u>
celková cena zájezdu	3.380,--

Cenu za ubytování jsem stanovila tak, že jsem si vypočítala průměr z cen za dvojlůžkový pokoj (880,--) a třílůžkový pokoj (1.320,--). Cena za stravování (polopenze) a za parkování je stanovena z ceníku hotelu. Mzdu instruktorů jsem vypočítala pomocí mzdového tarifu, který je stanovený na 110 Kč/hod. Vzhledem k tomu, že se instruktoři klientům během zájezdu věnují 15 hod., je mzda stanovena na 1650 Kč. Cenu zájezdu tvoří zaokrouhlených 8 % z celkových nákladů.

V ceně není zahrnuto zapůjčení výstroje, které přijde klienty na 40 Kč. V případě tandemového letu přijde zapůjčení výstroje na 300 Kč.

5.1.9 Průběh zájezdu

Celý zájezd se uskuteční během víkendu uprostřed července. Zájezd začíná v pátek odpoledne srazem účastníků před hotel a je ukončen v neděli odpoledne rozchodem z místa konání programu podle potřeb účastníků.

5.1.9.1 1. den – pátek

Sraz účastníků je naplánovaný kolem šestnácté hodiny u hotelu U Lip v obci Trojanovice. Tato obec se nachází blízko Frenštátu pod Radhoštěm. V tomto hotelu budou účastníci ubytováni a je zde také zajištěno stravování ve formě polopenze. Po příjezdu do hotelu čeká na klienty vedoucí zájezdu, který je přivítá a předá jim dárkové balíčky. Poté se klienti ubytují. Večeře se koná v osmnáct hodin. Na dvacátou hodinu je připravená

hodinová přednáška zaměřená na sport, pro který je zájezd určen. Po přednášce je osobní volno.

5.1.9.2 2. den – sobota

Snídaně je naplánovaná na osmou hodinu. Po deváté hodině pak účastníci odjíždějí na určená stanoviště. Paragliding se uskuteční v lokalitě Ondřejník, vzdáleném jen asi 6 km. Pro horolezectví je určená lokalita Štramberk, vzdálená 16 km. Asi hodinu jízdy trvá cesta k Žermanické přehradě, kde se uskuteční potápění. Tam proběhne samotný program, který končí kolem šestnácté hodiny, kdy je naplánovaný návrat k hotelu. Večere je naplánovaná mezi osmnáctou a devatenáctou hodinou. Následuje večerní program, kde se klienti dozvědí podrobnosti o následujícím dni a pak následuje osobní volno.

5.1.9.3 3. den – neděle

Třetí den začíná snídaní, která se koná kolem osmé hodiny. Po deváté hodině se pak vyrazí na další startoviště. Paragliding se uskuteční v lokalitě Radhošť. Cesta trvá asi 40 minut a je dlouhá 31 km. Asi 87 km jsou vzdálené Svobodné Heřmanice, lokalita určená pro potápění. Skalní oblast Godula, určená pro horolezectví, je vzdálená asi hodinu jízdy, přibližně 45 km. Zájezd končí rozchodem kolem šestnácté hodiny.

5.1.9.4 Itinerář trasy

V příloze č. 2 je uveden také itinerář trasy, ve kterém je zaznamenán počet ujetých kilometrů, dále plánované doby odjezdu a příjezdu a stručné vyznačení programu během jednotlivých dnů.

5.1.9.5 Tandemový let

Součástí zájezdu je také pro zájemce připravena možnost tandemového letu. Proto bych teď ráda vysvětlila, co to vlastně tandemový let je, kdo se ho může zúčastnit a jak vlastně takový let probíhá.

Tento jedinečný zážitek je určený pro všechny, kteří si chtějí užít let na paraglidingovém kluzáku. Výhodou je, že jako pasažér nepotřebujete žádnou licenci ani žádný jiný doklad. Pilotní licenci ale musí mít pilot, který zodpovídá za bezpečný let.

Pokud byste se chtěli stát pasažérem při tandemovém letu, jediná podmínka, kterou musíte splnit je, že nesmíte vážit víc jak 130 kg. Jinak může být pasažérem takového letu opravdu kdokoli. Nejsou zde žádné zvláštní fyzické předpoklady. Mohou létat jak dospělí, tak i děti.

A jak takový tandemový let vůbec probíhá? Na startovacím místě tandemový pilot nejdříve vše potřebné vysvětlí a předvede, co a jak se má správně udělat, aby se podařil start. Pilot by se také měl prokázat pilotní licenci. Poté zkontroluje a nachystá potřebné vybavení, upraví a nastaví přímo na pasažéra. Ještě před startem vše znovu zkontroluje a pak už následuje samotný start. 10 až 15 minut se pak vznášíte nad krajinou a vychutnáváte si tento jedinečný okamžik, zatímco pilot dělá vše potřebné. Nakonec pilot bezpečně přistane. Během samotného letu může pilot provést některé sestupné manévry, jako je spirála nebo zhoupnutí, pokud se předem dohodne s pasažérem. Délka letu se tím sice zkracuje, ale zato tyto manévry přidávají na intenzitě zážitku.

5.2 Zdroje informací o zájezdu

Když už je jednou zájezd připravený, je také nutné zajistit, aby se o něm potenciální zájemci dověděli. Informace o zájezdu by se měli objevit tam, kde by se o něm dozvěděli ti, kteří se o tyto sporty aspoň trochu zajímají.

Tento zájezd by bylo vhodné nabízet v cestovních kancelářích, které mají ve své nabídce adrenalinové akce. Dále by se měl objevit ve všech sportovních areálech a obchodech se sportovním zbožím jako leták. Samozřejmě by se nabídka objevila také na internetových stránkách.

V příloze č. 3 je uveden leták, který zve všechny příznivce těchto zmiňovaných sportů k účasti na tomto zájezdu. V letáku jsou uvedeny všechny potřebné informace o zájezdu a také kontaktní údaje o cestovní kanceláři, která tento zájezd pořádá.

6 Praktické využití

Poslední část mé bakalářské práce se zabývá prověřením praktického využití toho navrženého zájezdu. K tomu slouží dotazník, který je uvedený jako příloha 4.

Dotazník obsahuje jedenáct otázek, které mají za úkol zjistit, zda by tento zájezd mohl být uskutečněný. Otázky jsou koncipované tak, aby z něj bylo patrné, kolik osob se zabývá kterým sportem, jaké mají s tímto sportem zkušenosti a zda mají své vlastní vybavení atd.

Tento dotazník jsem dala na vyplnění padesáti pěti lidem, z nich 65 % byli muži. Většina dotazovaných neměla žádné zkušenosti s adrenalinovými sporty, ale mnoho z nich by si je chtěli někdy vyzkoušet. Nejčastěji zvoleným sportem bylo horolezectví. Konkrétní rozdělení sportů znázorňuje graf č. 1, který naleznete v příloze 5. Dotazovaní, kteří uvedli některý sport, byli začátečníci, takže žádný z nich neměl svoji vlastní výstroj. Podobného zájezdu se účastnilo pět lidí. Věk dotazovaných se nejčastěji pohyboval mezi 26 – 55 roky a nejvyšší dosažené vzdělání bylo středoškolské, viz graf č. 2. Docela hodně lidí, třicet šest, projevilo zájem o tandemový let. Přesné výsledky, které vyplívají z dotazníku, jsou uvedeny v příloze 5.

7 Závěr

V této své bakalářské práci jsem se věnovala třem adrenalinovým sportům, jejich historii, samotným sportům a lokalitám, kde se tyto sporty dají provozovat.

Cílem této bakalářské práce bylo navrhnout zájezd, který by zaujal příznivce zmiňovaných sportů. Šlo o víkendový zájezd do Beskyd, zajištěno bylo ubytování, stravování, zapůjčení výstroje a zkušený instruktoři. Byl vytvořen pro skupinu dvanácti lidí, kteří měli s těmito sporty dlouholeté zkušenosti, absolvovali některý z kurzů, anebo si jen chtějí vyzkoušet, jaké to je letět.

Součástí bakalářské práce byl také dotazník, který měl ověřit, zda by se tento zájezd uplatnil v praxi. Vzhledem k tomu, že o tento zájezd projevilo několik lidí zájem, mohl by se objevit v nabídce cestovních kanceláří. Protože několik dotazovaných projevilo zájem o tyto

sporty, bylo by dobré zahrnout do nabídky také možnost přípravných kurzů, kde by zájemci získali potřebné licence k provozování těchto sportů.

Možnost realizace tohoto zájezdu jsem konzultovala s majitelkou cestovní agentury, která mi poskytla rady ohledně realizace tohoto zájezdu, hlavně odpovídající cenové kalkulace.

Myslím, že jsem cíl práce splnila a sestavila jsem v praxi realizovatelný zájezd pro zájemce o dané adrenalinové sporty.

Seznam literatury

- [1] HATTINGH, Garth. Horolezectví. Přel. D. Tomanová. 1. vyd. Praha: Václav Svojtka & Co, 1999. 158s. ISBN 80-7237-053- 7.
- [2] JINDRA, Jaroslav a kolektiv. Letová místa pro paragliding a závěsné kluzáky. 1. vyd. Cheb: Svět křídel, 1997. 150s. ISBN 80-85280-48-5.
- [3] MOUNTAIN, Alan. Potápění. Přel. M. Zahrádka. 2.vyd. Praha: Václav Svojtka & Co, 2003. 160s. ISBN 80-7237-134-7
- [4] NEUMAN, Jan a kolektiv. Turistika a sporty v přírodě. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. 200s. ISBN 80-7178-391-9.
- [5] PLOS, Richard a kolektiv. Paragliding. 3. vyd. Cheb: Svět křídel, 2007. 228 s. ISBN 80-86808-35-1.
- [6] RAHIMI, Monika. Potápění beze strachu. Přel. L. Košťálová. 1. vyd. Praha: Granit, 1998. 144 s. ISBN 80-85805-63-4.
- [7] Nejznámější potápěčská místa na světě. Přel. K. Ševčíková a L. Lupták. 1. vyd. Praha: Václav Svojtka & Co, 1999. 168 s. ISBN 80-7237-101-0.

Použité internetové stránky:

<http://www.adrex.cz/skalni-oblasti-v-cr>
<http://www.adrex.cz/skalni-oblasti-v-zahranici>
<http://www.adrex.cz/lokalita-potapeni-v-ceske-republice>
<http://www.orcadiving.cz/akce-historie-potapeni-134>
<http://www.trygonbrno.cz/index.php?M=1050>
<http://cs.wikipedia.org/wiki/Pot%C3%A1p%C4%9Bn%C3%AD>
<http://www.climbingschool.cz/?bcoid=131>
<http://xhony.sweb.cz/discipliny.html>
<http://in.ihned.cz/c1-26172550-za-vraky-do-sveta-ticha>
<http://www.samuraj.cz/sport-clanek/potapeni-v-jeskynich-cave-diving-62/>
<http://www.samuraj.cz/sport-clanek/ice-diving-potapeni-pod-ledem-75/>
<http://potapeni.kvalitne.cz/zdravi.html>
<http://www.off-limits.cz/teorie/potapeni-s-pristrojem/>
<http://potapeni.kvalitne.cz/index.html>

Prohlášení o využití výsledků bakalářské práce

Prohlašuji, že

- byl(a) jsem seznámen(a) s tím, že na mou diplomovou (bakalářskou) práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. – autorský zákon, zejména § 35 – užití díla v rámci občanských a náboženských obřadů, v rámci školních představení a užití díla školního a § 60 – školní dílo,
- beru na vědomí, že Vysoká škola báňská – Technická univerzita Ostrava (dále jen VŠB-TUO) má právo nevýdělečně ke své vnitřní potřebě diplomovou (bakalářskou) práci užít (§ 35 odst. 3),
- souhlasím s tím, že jeden výtisk diplomové (bakalářské) práce bude uložen v Ústřední knihovně VŠB-TUO k prezenčnímu nahlédnutí a jeden výtisk bude uložen u vedoucího diplomové (bakalářské) práce. Souhlasím s tím, že údaje o diplomové (bakalářské) práci, obsažené v Záznamu o závěrečné práci, umístěném v příloze mé diplomové (bakalářské) práce, budou zveřejněny v informačním systému VŠB-TUO,
- bylo sjednáno, že s VŠB-TUO, v případě zájmu z její strany, uzavřu licenční smlouvu s oprávněním užít dílo v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona,
- bylo sjednáno, že užít své dílo – diplomovou (bakalářskou) práci nebo poskytnout licenci k jejímu využití mohu jen se souhlasem VŠB-TUO, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly VŠB-TUO na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše).

V Ostravě dne

.....

jméno a příjmení studenta

Adresa trvalého pobytu studenta:

.....

Uherské Hradiště 2009

Seznam příloh

Příloha 1

Mapy

Příloha 2

Itinerář trasy

Příloha 3

Leták

Příloha 4

Dotazník

Příloha 5

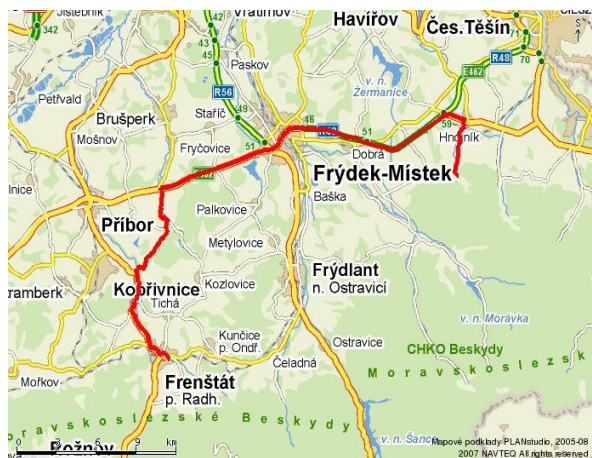
Výsledky dotazníku



Obrázek 1. Trojanovice – Žermanická přehrada



Obrázek 2. Trojanovice - Radhošť



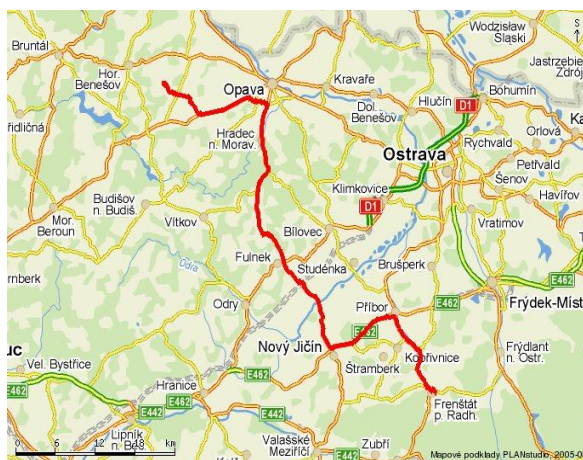
Obrázek 3. Trojanovice - Godula



Obrázek 4. Trojanovice - Štramberská přehrada



Obrázek 5. Trojanovice - Ondřejník



Obrázek 6. Trojanovice – Svobodné Heřmanice

DEN	KM	PRŮB. KM	MÍSTO	DOBA		POZNÁMKA
				ODJEZD	PŘÍJEZD	
1. den			Trojanovice		16:00	Sraz klientů u hotelu U Lip; ubytování v hotelu; přednáška
2. den	6,1	6,1	Ondřejník	16:00	9:10	Přesun účastníků paraglidingu k lokalitě Ondřejník; program pro paragliding
	15,9	15,9	Štramberk	16:00	9:25	Přesun účastníků horolezectví k lokalitě Štramberk; program pro horolezectví
	42,0	42,0	Žermanická přehrada	16:00	9:55	Přesun účastníků potápění k Žermanické přehradě; program pro potápění
	6,1	12,2	Frenštát pod Radhoštěm		16:10	Návrat z lokality Ondřejník k hotelu
	15,9	31,8	Frenštát pod Radhoštěm		16:25	Návrat z lokality Štramberk
	42,0	84,0	Frenštát pod Radhoštěm		16:55	Návrat z Žermanické přehrady; 18:00 večere
3. den				9:00		8:00 snídaně v hotelu
	30,8	30,8	Radhošť	16:00	9:40	Přesun účastníků paraglidingu k lokalitě Radhošť; program pro paragliding
	49,2	49,2	Godula	16:00	9:50	Přesun účastníků horolezectví ke skalní lokalitě Godula; program pro horolezectví
	86,8	86,8	Svobodné Heřmanice	16:00	10:40	Přesun účastníků potápění k lokalitě Svobodné Heřmanice; program pro potápění; ukončení zájezdu a návrat domů

MILOVNÍCI ADRENALINU POZOR!

Pokud ještě nemáte plány na letošní léto,

máme pro Vás skvělou nabídku!

VÍKEND PLNÝ ADRENALINU

ZVEME VŠECHNY PŘÍZNIVCE PARAGLIDINGU, HOROLEZECTVÍ A POTÁPĚNÍ



Cena: 3.380 Kč

V ceně je zahrnuto ubytování, strava a školení instruktoři

V ceně není zahrnuto: doprava a zapůjčení výstroje

Možnost zajištění kameramana za příplatek 1.200 Kč

Termín: 17. 7. – 19. 7. 2009

Max. počet osob: 12

Místo konání zájezdu: Beskydy

1. Který z následujících sportů provozujete:

paragliding ☐ potápění ☐ horolezectví ☐ žádný ☐

jiný

2. V tomto sportu jste:

bez zkušeností ☐ začátečník ☐ pokročilý ☐ zkušený sportovec ☐

3. Máte vlastní výstroj:

ano ☐ ne ☐

4. Účastnil/a jste se už někdy podobného zájezdu:

ano ☐ ne ☐

5. Máte zájem o tandemový let:

ano ☐ ne ☐

6. Máte zkušenosti s tandemovým letem/seskokem:

ano ☐ ne ☐

7. Kolik je Vám let:

15-25 ☐ 26-56 ☐ 56 a více ☐

8. Jste muž nebo žena:

žena ☐ muž ☐

9. Vaše bydliště:

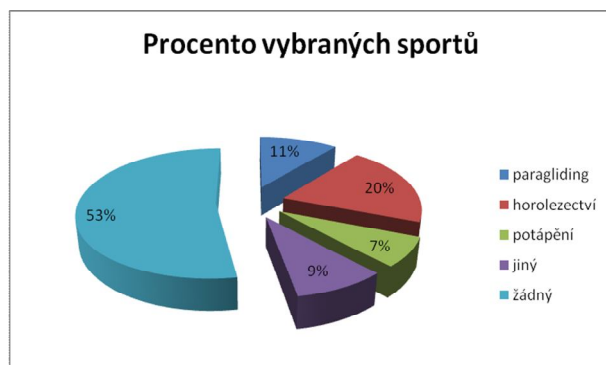
10. Jaké je vaše vzdělání:

základní ☐ střední ☐ vysokoškolské ☐

11. Jaké je Vaše povolání:

1. Který z následujících sportů provozujete:

paragliding 6 (11 %) horolezectví 11 (20 %) potápění 4 (7 %)
jiný 5 (9 %) (skateboarding, rafting, snowboarding, paintball) žádný 29 (53 %)



Graf č. 1 Procento vybraných sportů

2. V tomto sportu jste:

bez zkušeností 34 (62 %) začátečník 21 (38 %) pokročilý 0
zkušený 0

3. Máte vlastní výstroj:

Ano 0 ne 55 (100 %)

4. Účastnil/a jste se už někdy podobného zájezdu:

ano 5 (9 %) ne 50 (91 %)

5. Máte zájem o tandemový let:

ano 36 (65 %) ne 19 (35 %)

6. Máte zkušenosti s tandemovým letem/seskokem:

ano 7 (12 %) ne 48 (88 %)

7. Kolik je Vám let:

15-25 15 (27 %) 26-55 33 (61 %) 56 a více 7 (12 %)

8. Jste muž nebo žena:

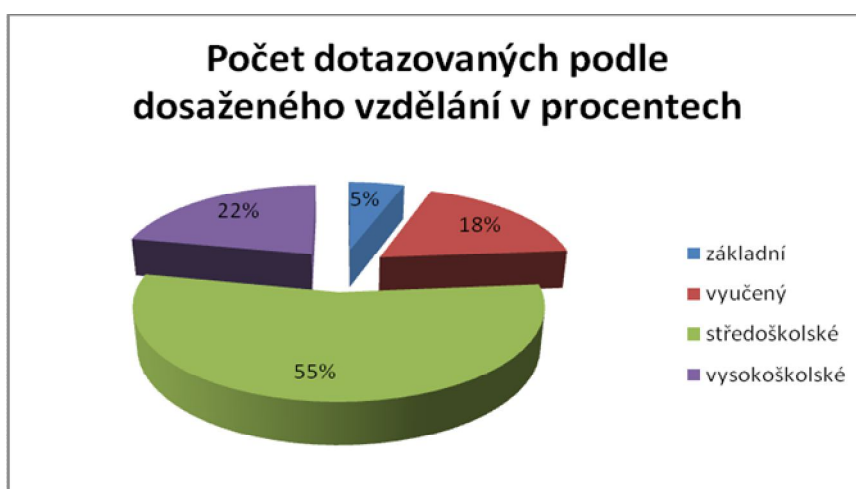
muž 36 (65 %) žena 19 (35 %)

9. Vaše bydliště:

Uherské Hradiště (7), Staré Město (7), Topolná (5), Jarošov (5), Uherský Brod (4), Vlčnov (3), Hluk (3), Ostrožská Nová Ves (3), Kunovice (2), Strání (2), Nedakonice (2), Buchlovice (2), Nivnice (2), Bílovice (2), Bukovany (2), Suchá Loz (1), Nezdenice (1), Spytihněv (1), Tučapy (1)

10. Jaké je vaše vzdělání:

základní 3 (5 %), vyučený 10 (18 %), středoškolské 30 (55 %), vysokoškolské 12 (22 %)



Graf č. 2 Počet dotazovaných podle dosaženého vzdělání v procentech

11. Jaké je Vaše povolání:

student (27), prodavačka (6), úředník (7), svářeč (3), mechanik (4), učitel (3), zdravotní sestra (3), letecký mechanik (2)